sale&pepe

SALEPEPE.IT
FEBBRAIO 2018



Chiacchiere alla giudìa, pag. 21

L'ARTE DELLA FRITTELLA storie e tecniche del dolce di Carnevale per eccellenza **SALSICCE** tanti gusti e nuove ricette **PASTA DI SPIRITO** quando un goccio d'alcol cambia l'aroma del condimento **TIRAMISÙ** il più amato tra i dessert si reinventa

IN EDICOLA IL 24 GENNAIO 2018 - Poste italiane spa - Sped. in A.P. - D.L. 353/03 art.1, comma 1, DCB Verona - Anno 32 - Mensile

GRUPPO MONDADORI


Sir Winston Tea
FINEST TEA TRADITION
UNA NUOVA ESPERIENZA DI TÈ
Nella più raffinata tradizione Sir Winston Tea
Sir Winston Tea
BIO
TÈ VERDE BIO
Sir Winston Tea
GOJI E LITCHI
TÈ VERDE
Con aroma naturale di goji e litchi
MIRTILLO
DETEINATO
Un nuovo assortimento ampio e profondo, un gusto eccellente e la tradizione in primo piano rappresentano la combinazione perfetta per offrirvi una nuova esperienza di tè.
www.sirwinstontea.it

SOMMARIO
FEBBRAIO 2018





Servizi



Evasioni



salepepe.it
Ricette, videoricette, news e contributi speciali sul nostro nuovo sito

Sale&Pepe è social!
Siamo su facebook. Seguiteci anche su twitter e instagram: @salepepe_it per scambiare idee, ricette e foto con la redazione e i lettori più appassionati.

La nuova app di Sale&Pepe
Scaricate l'applicazione dall'Apple Store per sfogliare la rivista direttamente sull'iPad.

Indice delle ricette e indirizzi a pagina 6



100

Scuola

Rubriche



106

Hanno collaborato con noi a Febbraio



MARIO MOZZETTI
Alla guida del ristorante romano Alfredo, Mozzetti (a destra nella foto, con gli chef Sergio Peri e Carlo Nanni) prosegue un mito nato agli inizi del '900, quando due attori del cinema muto si innamorarono delle burrose fettuccine del locale che negli Usa meritano persino una giornata celebrativa. Lo raccontiamo a pagina 51



SALVATORE TOSCANO
Chef patron dell'osteria Mangiando Mangiando di Greve in Chianti (Firenze), collaboratore dell'Università degli Studi di Scienze Gastronomiche di Pollenzo, ha portato la sua ribollita all'Expo di Milano in rappresentanza della cucina toscana. Ci parla di questo piatto a pagina 92

LUCA IACCARINO
Giornalista e critico enogastronomico sulla carta e per il web, ha pubblicato diversi libri tra cui "Cibo di strada" e, più recente, "Il gusto delle piccole cose. Breve manuale di spensieratezza", entrambi editi da Mondadori. Trovate il suo contributo sulla salsiccia a pag. 62



INDICE

LE RICETTE DI FEBBRAIO 2017

ANTIPASTI, FOCACCE, PANINI E TORTE SALATE

PRIMI

SECONDI

CONTORNI, VERDURE E SALSE

DESSERT E BEVANDE

INDIRIZZI

- **Alessi**, www.alessi.com
- **Amazon**, www.amazon.it
- **Antichità San Marco**, www.antichitasanmarco.com
- **Ariete**, www.ariete.net
- **Asa Selection**, www.asa-selection.com
- **Bormioli Rocco**, www.bormiolirocco.com
- **Broste Copenhagen**, www.brostecopenhagen.com
- **Busatti**, www.busatti.com
- **Catelier**, www.catelier.it
- **CoinCasa**, www.coincasa.it
- **Controbuffet**, www.controbuffet.com
- **Designers Guild**, www.designersguild.com
- **Essent'ial**, www.essent-ial.com
- **Fazzini Home**, www.fazzinihome.com
- **Fiskars**, www.fiskars.it
- **Forme di Farina**, www.formedifarina.eu
- **Graef**, distr. da Künzi, www.graef.de www.kunzi.it
- **Hay**, da www.designrepublic.com
- **Hue Table Stories**, www.huetablestories.com
- **Ikea**, www.ikea.com
- **Iittala**, da Jannelli e Volpi, www.jannellievolpi.it
- **Jannelli e Volpi**, www.jannellievolpi.it
- **Kasanova**, www.kasanova.it
- **KnIndustrie**, www.knindustrie.it
- **La Fabbrica del Lino**, www.lafabbricadellino.com
- **laRinascente**, www.rinascente.it
- **L'Officina della Ceramica**, www.lofficinadellaceramica.it
- **Laminam**, www.laminam.it
- **Madame Gioia Home**, www.madamegioiahome.it
- **Maisons du Monde**, www.maisonsdumonde.com
- **Maiuguali**, www.maiuguali.it
- **Marazzi**, www.marazzi.it
- **Marimekko**, da Jannelli e Volpi, www.jannellievolpi.it
- **Mepra**, www.mepra.it
- **Muuto**, da www.designrepublic.com
- **Novacolor**, www.novacolor.it
- **Once Milano**, www.oncemilano.com
- **Paderno**, www.paderno.it
- **RCR**, www.rcrcrystal.com
- **Rina Menardi**, www.rinamenardi.com
- **Sen**, www.sen-factory.it
- **Serax**, www.serax.com
- **Shoppable**, www.shoppable.it
- **Siccardi**, www.siccardi.it
- **Silikomart**, www.silikomart.com
- **Society Limonta**, www.societylimonta.com
- **Stamperia Bertozzi**, www.stamperiabertozzi.it
- **Studio Picone**, www.studiopiconeroma.com
- **Tescoma**, www.tescomaonline.com
- **Tognana**, www.tognanaporcellane.it
- **TVS**, www.tvs-spa.it
- **Villeroy&Boch**, www.villeroy-boch.it
- **Virginia Casa**, www.virginiacasa.it
- **WD Lifestyle**, www.wdlifestyle.it
- **Zara Home**, www.zarahome.com







LA NEWS PIÙ LETTA
Nonostante l'avvento di capsule e cialde abbia rivoluzionato il modo di fare il caffè a casa, la tradizionale moka resta presente in ogni cucina italiana. Non solo, il tema è uno dei più gettonati: abbiamo intervistato un esperto, chiedendo i trucchi per una riuscita perfetta, dalla scelta della miscela al servizio. E l'articolo è stato il più letto del nostro canale news.







SPECIALE SAN VALENTINO
Ci sono tanti modi, tutti dolcissimi, per regalare al partner una coccola in formato dessert. Nel nostro speciale ne abbiamo preparati di diversi tipi, in modo da accontentare tutti i palati. Ci sono dolci a cuore, sensuali mousse con cioccolato e lamponi e creme vellutate. Naturalmente non potevano mancare i baci, con le ricette dei classici di dama, quelli di Alassio e in versione chic con meringhe e panna.



Dolcissime feste

I DESSERT SONO I PROTAGONISTI INDISCUSSI DI FEBBRAIO: LI TROVIAMO ACCANTO A NEWS, VIDEO E TUTORIAL

di Barbara Roncarolo



LA PIÙ AMATA
Tutti i mesi dell'anno le torte salate sono tra le ricette più cliccate del nostro sito. Complice la stagione, questa volta la più amata è un pie con carciofi e prosciutto. Sul nostro sito si trovano tutte le indicazioni per preparare il ripieno e anche la pasta. Chi ha poco tempo, tuttavia, può dedicarsi solamente alla farcia e acquistare la sfoglia pronta.

CHIACCHIERE DI CARNEVALE
Frappe, sfrappole, chiacchiere, cenci o donzelle, crostoli o galani. E, ancora, bugie, nastri di suora, nodi d'amore, intrigoni... ciascuna regione d'Italia adotta nomi e varianti diverse per i dolci più allegri dell'anno, quelli del Carnevale. Su salepepe.it ci sono tantissime ricette fritte o al forno, ripiene e non, proprio per dare voce a questa meravigliosa varietà regionale e per accontentare chi vuole ritrovare i sapori più autentici di una delle feste più colorate e divertenti.





LE TECNICHE: LATTE VEGETALE
Le bevande ricavate da riso, soia e avena sono sempre più amate e diffuse: sono l'alternativa ideale per chi è vegano e non beve latte, ma sono anche preziosi alleati di chi soffre di intolleranze. Sul nostro sito spieghiamo come produrli in casa.


IL TUO DOLCE
MERITA
LURPAK®
PRODOTTO DA
100%
LATTE FRESCO
EST° 1901
LURPAK®
BURRO
CLASSICO
lurpak.it



Laura Maragliano

La cena dei conciatori

L'AFFASCINANTE STORIA DI UNA SPECIALITÀ TOSCANA, NATA NELLE CONCERIE DELLA CAMPAGNA PISTOIESE. UNO STUFATO STRAORDINARIO PER RISCALDARE L'INVERNO

A qualcuno in Toscana sarà capitato di sentirsi dire: "Un se' bono neanche per fa' la cioncia!". Ossia sei una persona che non vale proprio niente, come la cioncia: un piatto poverissimo preparato con gli scarti della lavorazione della pelle. Fate finta di poter viaggiare nel tempo e andate indietro, indietro e indietro e atterrate in Valdinievole, vallata prima del Ducato di Lucca poi del Granducato di Toscana, quindi del Regno d'Italia e dal 1927 della provincia di Pistoia. Qui tra i suoi 11 comuni c'è Pescia, dove il piatto ha avuto origine. L'economia pesciatina, conosciuta per la floricoltura e le cartiere, era in realtà un tempo sostenuta dalle numerose concerie (nel 1916 se ne contavano ancora sei): attività florida in molte parti della Toscana, ma che a Pescia si era particolarmente sviluppata grazie alla posizione della cittadina in prossimità degli itinerari di transumanza tra gli Appennini e la Maremma toscana. Già nella metà del '300 esisteva una corporazione di conciatori di pelli e di calzolai e verso la fine del '400 la qualifica di "conciaio" veniva apposta sui registri dei battesimi accanto al nome paterno. Tra i lavoratori delle concerie c'erano gli scortichini, il cui compito era di sgrassare e ripulire le pelli degli animali macellati dalle parti carnose e terminali (testina, coda, collo e altro), inutili per la concia. Di necessità si fa virtù. Gli scarti recuperati e riuniti in sporte o balle erano la ricompensa del lavoro di scarnitura; portati a casa, diventavano, grazie all'ingegno e alla creatività delle donne, un piatto povero ma sostanzioso che, per assonanza con concia, è diventato cioncia: uno stufato da accompagnare con pane abbrustolito (se c'era). Oggi non è semplice gustarla, pochi i locali che la propongono, difficili da reperire gli ingredienti originari. Tuttavia si può preparare in versione semplificata e servirla in zuppierine monoporzione con pane abbrustolito, oppure, in modo più conviviale, all'interno di un pane tondo, ma è ottima anche con patate lesse schiacciate e condite con olio e sale. Una versione della cioncia, la besumèra o besumèera, esiste anche nella campagna cremonese, precisamente a Vescovato, terra di ambulanti e raccoglitori di pelle per le concerie. Probabilmente la ricetta ha viaggiato perché, checché se ne dica, la cioncia non varrà pure niente ma "l'è sempre stata bona".



CIONCIA PESCIATINA

PER 4 PERSONE
800 g di testina (muso, guance) e coda di vitello - 400 g di passata di pomodoro - 2 cipolle - 2 coste di sedano - 4 carote - un mazzetto di prezzemolo - un mazzetto di basilico - 2 bicchieri di vino rosso - 1 litro di brodo di carne - olio extravergine d'oliva - peperoncino in polvere

● **1** Pulite la carne e lessatela in abbondante acqua bollente per 30 minuti. Sgocciolatela e riducete la testina a dadini e la coda a pezzetti.
● **2** Pulite il sedano, le carote, le cipolle, il basilico e il prezzemolo, lavateli e tritateli. Soffriggete il tutto con olio extravergine d'oliva in una capiente casseruola (possibilmente di coccio), aggiungete la carne e fatela rosolare per 30 minuti mescolando spesso. Sfumate con il vino e lasciatelo evaporare.
● **3** A questo punto, unite la passata di pomodoro e cuocete per altri 15 minuti. Bagnate con 2 mestoli di brodo e proseguite la cottura con il coperchio, a fuoco basso, per almeno 3 ore. Durante questo tempo, aggiungete altro brodo quando necessario, regolate di sale e insaporite con il peperoncino.

FACILE
● **Preparazione 30 minuti** ● **Cottura 4 ore e 30 minuti**



1



2



3



"Povero" ma non troppo

Realizzato con tagli di scarto e tipico delle tavole meno abbienti, questo antico stracotto toscano è "povero" dal punto di vista del portafoglio, ma ricchissimo di sapore e dispensatore di grandi soddisfazioni al palato. Realizzarlo è davvero semplice, basta ricordarsi di mescolarlo ogni tanto nella sua lunga cottura.

Irresisitibili patate ripiene

Ideali per un brunch energetico in montagna o per una cena a piatto unico, queste golose patate ripiene hanno due vantaggi: sono semplici da preparare ed è altamente improbabile che a qualcuno non piacciano. Lavate 4 grosse patate farinose e cuocetele al vapore (con la buccia). Intanto, rosolate una manciata di cubetti di speck con un filo d'olio, lasciateli intiepidire e mescolateli con 150 g di emmentaler grattugiato grossolanamente. Private le patate di una fettina sul lato lungo, scavatele (usate la polpa per altre preparazioni) e farcitele con il mix di formaggio e speck. Versate in ognuna un albume (tenendo i tuorli separati in 4 ciotoline), salate, pepate e infornate a 180° per circa 15 minuti finché l'albume sarà quasi completamente rappreso. A questo punto aggiungete un tuorlo in ogni patata e infornate di nuovo per 5 minuti. Decorate con rondelle di cipollotto e servite ben caldo.



Piccole idee insolite, di anima rustica o raffinata, regalano una marcia in più alla tavola di stagione



Crespelle a forma di pizzo

Un'idea scenografica da spendere per un invito a merenda o per un fine pasto raffinato. Sbattete 2 uova con 135 g di farina e 300 ml di latte e mettete la pastella in frigo per 4 ore. Mescolatela e trasferitela in un biberon con beccuccio sottile. Scaldate una padella antiaderente, mettete una grossa noce di burro in un foglio di carta assorbente, richiudete la carta sul burro e strofinate il fagotto sulla padella per ungerla. Versate la pastella in padella formando dei ghirigori, lasciate rapprendere, cuocete il "pizzo" sull'altro lato e fatelo scivolare su un piatto. Ripetete l'operazione fino a terminare la pastella (agitatela spesso). Servite su un coulis di frutta o su una crema pasticcera e completate con frutti rossi, zucchero a velo, cacao o cannella.



"Vuoi un tè caldo?"

Eccone tre varianti insolite e profumate, ideali per la stagione fredda.

London Fog. Per 4-6 tazze. Mettete in infusione 3 bustine di tè Earl Grey in 400 ml di acqua bollente per 3-5 minuti e poi dolcificate con 6 cucchiai di miele. Scaldate 400 ml di latte con 4-5 gocce di estratto di vaniglia e versatelo nel tè. Guarnite a con anice stellato e servite.

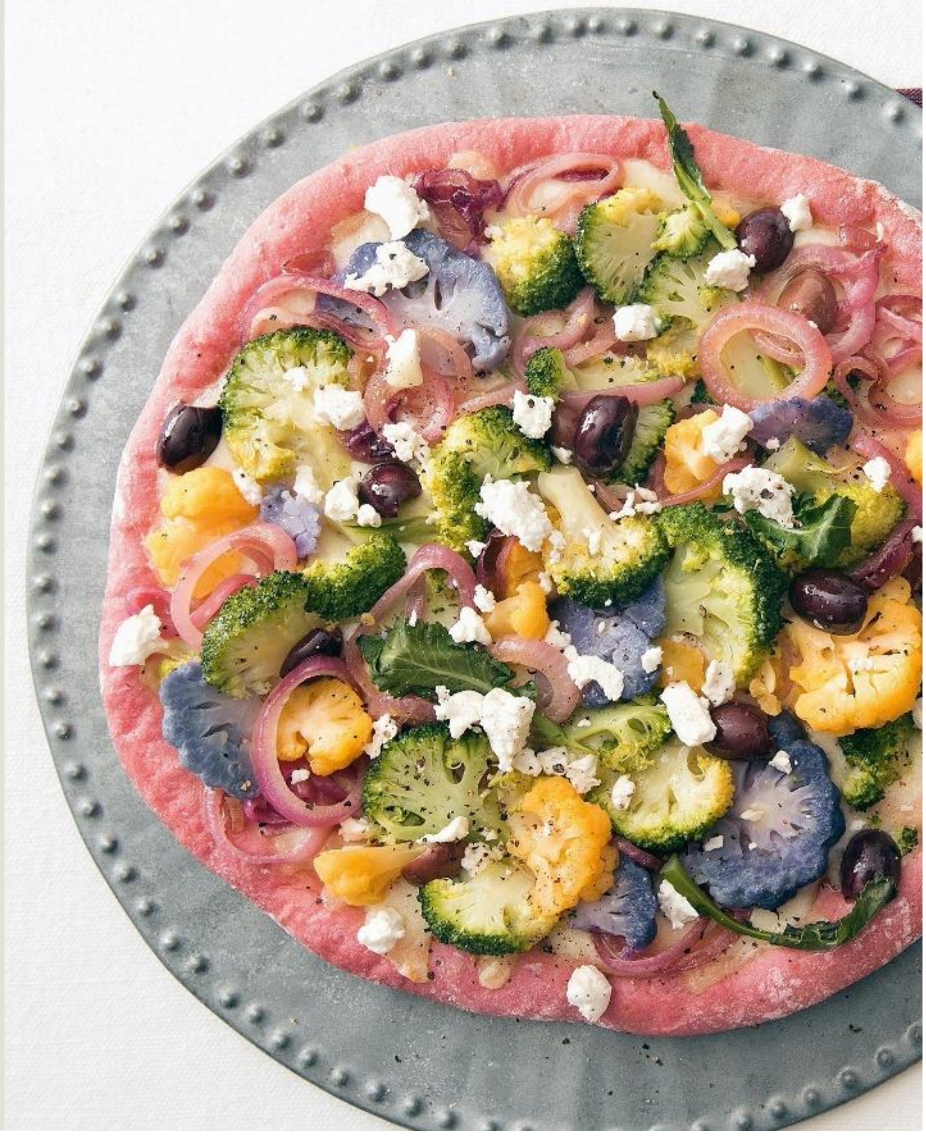
Chai. Per 4-6 tazze. Portate a ebollizione 750 ml di acqua con 5 bacche di cardamomo, 1/2 cucchiaino di cannella in polvere, 3 bacche di anice stellato, 2 cucchiaini di semi di finocchio, una generosa grattata di noce moscata, 1 cucchiaio di zenzero fresco grattugiato, 1 cucchiaio di chiodi di garofano e 8 grani di pepe. Unite 350 ml di latte e fate bollire di nuovo. Aggiungete 6 cucchiaini di tè Assam, lasciatelo infondere 2 minuti, filtrate e dolcificate a piacere.

Latte alle rosa. Per 4-6 tazze. Portate a bollore 750 ml di acqua, versatela in una brocca e fatevi infondere 4 bustine di tè Earl Grey e 6 cucchiai di petali di rosa essiccati per 3 minuti. Filtrate il tè, versatelo nelle tazze e colmatele con latte di cocco caldo dolcificato al miele.

Per rendere le bevande schiumose usate l'attrezzo per montare il latte, oppure versatele da una tazza a un'altra più volte facendole colare dall'alto.

Pizza d'inverno a colori

Per chi pensa che l'inverno sia grigio, ecco un'indimenticabile pizza arcobaleno (per 4 persone). Impastate 300 g di farina 00 con 200 g di farina Manitoba, 1 bustina di lievito secco (7g), 200 ml di acqua, 1 cucchiaio di zucchero, 10 ml di olio extravergine d'oliva, 80 g di polpa di barbabietola al vapore frullata e 1 cucchiaio di sale. Lavorate gli ingredienti fino a ottenere un impasto liscio ed elastico (aggiungete poca acqua se necessario). Mettetelo in una ciotola infarinata, copritelo e fatelo lievitare in un luogo tiepido fino a raddoppiare il volume (2 ore scarse). Sgonfiate l'impasto con le mani, dividetelo in 4 quarti e lasciate lievitare ancora mezz'ora. Nel frattempo lessate al dente 1/2 cavolfiore viola, 1/2 cavolfiore giallo e 2 teste di broccoli divisi in cimette. Affettate gli ortaggi e saltateli in padella con un filo d'olio e 2 cipolline rosse tagliate ad anelli. Tritate grossolanamente 250 g di mozzarella e strizzatela. Stendete l'impasto in 4 dischi e cuoceteli in forno a 250° per 6-8 minuti. Cospargeteli con la mozzarella, 100 g di formaggio di capra friabile sbriciolato, le verdure saltate e qualche oliva di Gaeta denocciolata. Salate, pepate e aggiungete altri 100 g di formaggio di capra. Mettete in forno per altri 10-12 minuti e servite completando con giro d'olio. Se non amate cavoli e broccoli, sostituiteli con peperoni nei vari colori e patate (gialle e viola). La pasta può diventare verde utilizzando spinaci al posto della barbabietola.




RAVIOLI
TABLET



LA FESTA DEI PICCOLI CHEF
Tante idee per un goloso buffet allestito dai bambini con tartine al pompelmo e gamberetti, pomodoro e mozzarella oppure salame e mango. Il 10 febbraio dalle 15 alle 17.



DELIZIE A 4 MANI
Con mamma o papà i bambini portano in tavola un pranzetto semplicissimo a base di stuzzichini sani e giocosi sotto la guida di Daniela Pignatti, chef e “maestra” di buona tavola. Triangolini con formaggio, bastoncini golosi e piccole piadine con la frutta. Il 10 febbraio dalle 11:30 alle 13:30.

Ai fornelli con amore

QUESTO MESE PREPARIAMO IN COPPIA ROMANTICI MENU, CON I BIMBI PIATTI FACILI E DIVERTENTI E “IN VASO” MANICARETTI DI MARE LEGGERI E SAPORITI



INNAMORATI NIPPO STYLE
A grande richiesta raddoppiano le lezioni dedicate alle coppie. Per la serie “Due cuori e un fornello” questo mese in programma un corso di cucina giapponese con la chef Keiko Irimajri (nella foto), che guiderà gli innamorati nella realizzazione step by step di delizie esotiche. Involtini di vitello alla yawatamaki con salsa di sesamo pestato, bocconcini di daikon con salsa di miso e riso allo zenzero cotto. Il 15 febbraio dalle 17 alle 22.

IL MARE IN UN BARATTOLO
Il pesce, ingrediente sano e delizioso, diventa ancora più leggero e profumato se preparato con la tecnica della vaso cottura. Pratica, di moda e scenografica, permette di servire le pietanze in barattoli di vetro monodose, che fanno da “vetrina” a delicate bouillabaisse provenzali, pesce spada alla siciliana o sautè di cozze e vongole con ceci al pepe rosa. Il 19 febbraio dalle 19 alle 22.





SAN VALENTINO
Avvolgenti atmosfere, tavola scenografica e menu irresistibile da preparare in coppia con rosa di salmone, cupoletta di riso con salsa di zafferano e pistilli, polpo arrostito con dadolata di sedano e vellutata gelée di lampone. Il 31 gennaio dalle 19 alle 22.

SCUOLA DI CUCINA DI SALE&PEPE
Presso Ca’puccino, piano interrato - Piazza Armando Diaz 5, 20123 Milano (M1/M3 fermata Duomo)
Tel: 02 75 42 33 00 - Orari dal lunedì al venerdì: 14-18 - Per informazioni scrivi a: info.scuoladicucina@mondadori.it

@ **Visita il sito per scoprire il calendario completo dei corsi: www.scuoladicucina.it**
***www.facebookcom/ScuolaCucinaSaleePepe* - #TalentoInCucina**



L'arte della frittella

CHIACCHIERE, TORTELLI, FRITTOLE, GRAFFE... UNA SFILATA DI DELIZIE SEMPLICI, FRAGRANTI E DORATE RALLEGRA I GIORNI DI CARNEVALE. CON OCCHIO INDULGENTE ALLA TRASGRESSIONE

A cura di Alessandro Gnocchi, testo di Mariarosa Schiaffino, ricette di Alessandra Avallone con la collaborazione di Anna Montoldi, foto di Stefania Giorgi, styling di Sara Farina



A Carnevale ogni dolce vale... purché sia fritto. Così si celebra davvero l'allegria del tempo dedicato a far festa, agli scherzi e ai travestimenti. Addentare una frittella o friggere una chiacchiera sono piccoli piaceri che in questo periodo si ritrovano volentieri. E si tratta di piaceri fatti quasi di niente. Farina, zucchero, uova, lievito e poco di più. Una nota liquorosa, un cuore di crema, un profumo di anice o di agrumi e poi l'ingrediente principe: l'olio. È l'olio bollente nella padella, crepitante, a trasformare quei fagottini, quelle ciambellette, quei piccoli scrigni di pasta in prelibatezze che conquistano tutti, a tutte le età. Dolci ingenui, elementari, che suscitano qualche perplessità dietetica, ma per fortuna continuano impavidi una tradizione antichissima. I Romani avevano i crustuli e le frictilia che piacevano tanto ai bambini; nel Rinascimento i ricettari dei cuochi che operavano nelle sfarzose corti italiane riportano ricette di dolci fritti carnevaleschi; a Venezia nel Settecento si cuocevano le frittolazze per le calli e sui campielli invasi dalle maschere.

> segue a pag. 20



Ciotola in vendita da laRinascente, tovagliolo Once Milano; in basso grembiule Forme di Farina. Indirizzi a pagina 6

ARANCINI MARCHIGIANI

PER 8 PERSONE
650 g di farina 00 - 50 g di burro - 2 dl di latte - 12 g di lievito di birra fresco - 3 uova - 250 g di zucchero - 1 arancia non trattata - 1 limone non trattato - olio di semi di arachide per friggere

● **1** Sciogliete il burro nel latte caldo, quindi lasciate intiepidire e unite il lievito sbriciolato, mescolando fino a quando si sarà completamente sciolto. Mettete nella ciotola dell'impastatrice la farina e le uova leggermente sbattute, poi aggiungete lentamente la miscela di latte e burro lavorando a bassa velocità.
● **2** Quando gli ingredienti sono ben amalgamati, aumentate la velocità di lavorazione e proseguite fino a ottenere un impasto liscio e morbido; trasferite la pasta in una ciotola, copritela con la pellicola per alimenti e fatela lievitare per almeno 30 minuti.
● **3** Grattugiate la scorza degli agrumi e mescolatela con lo zucchero. Stendete l'impasto in una sfoglia rettangolare dello spessore di 2-3 mm; cospargete uniformemente la superficie con lo zucchero aromatizzato e arrotolate la sfoglia sul lato più lungo. Tagliate il rotolo a rondelle spesse circa 1,5 cm e friggetele in olio bollente. Scolate gli arancini su carta da cucina, spolverizzateli, se vi piace, con zucchero a velo e servite.

FACILE
● **Preparazione 30 minuti + riposo**
● **Cottura 15 minuti** ● **550 cal/porzione**

> segue da pag. 19

Deliziosamente semplici

Le ricette di oggi, praticamente, non sono cambiate rispetto al passato. Le più popolari sono a base di semplice pasta, dolce ma non troppo, aromatizzata con vino, liquore o scorza di agrumi. L'impasto viene tirato, poi tagliato e fatto a nastro, a fettuccia annodata, a rombo, a triangolo, più spesso a rettangolo con due tagli netti centrali. Bastano pochissimi minuti nell'olio bollente e sono pronti. Per scongiurare l'eccesso di calorie, adesso frittelle, chiacchiere e tortelli vengono anche cotti al forno: in realtà, spesso sono prima fritti e poi passati in forno ad asciugare, perciò il risparmio calorico non c'è.

> segue a pag. 23





CHIACCHIERE ALLA GIUDÌA

PER 8 PERSONE
280 g di farina 00 - 50 g di zucchero - 2 uova - 1 albume - 3 cucchiai di olio di semi di arachide + quello per friggere - 2 cucchiai di grappa - 1 cucchiaio di latte - zucchero a velo - un pizzico di sale

● **1** Mettete nella ciotola dell'impastatrice la farina, lo zucchero, le uova sgusciate, l'olio, la grappa, il latte e il sale; lavorateli per circa 10 minuti aumentando progressivamente la velocità fino a ottenere un impasto liscio ed elastico. Avvolgete la pasta nella pellicola per alimenti e fatela riposare per 15 minuti.
● **2** Stendete l'impasto in una sfoglia dello spessore di 2-3 mm e ricavate tanti rettangoli di 12x8 cm; ripiegate due angoli verso l'interno lungo il lato maggiore (come per realizzare una barchetta) e incollateli con un poco albume.
● **3** Friggete le chiacchiere in abbondante olio bollente, scolatele su carta da cucina, spolverizzatele abbondantemente di zucchero a velo e servite.

FACILE
● Preparazione 20 minuti + riposo ● Cottura 15 minuti ● 250 cal/porzione



Vassoio Serax, piattino e cucchiaio in vendita da laRinascente, tovagliolo Society Limonta. Indirizzi a pagina 6



GRAFFE NAPOLETANE

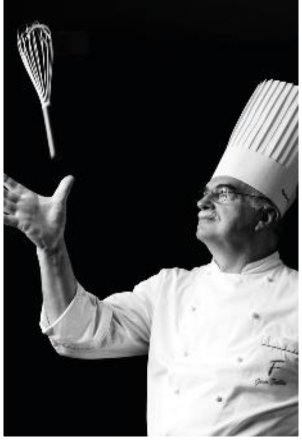
PER 8 PERSONE
250 g di patate - 500 g di farina 00 - 50 g di zucchero + quello per spolverizzare - 25 g di lievito di birra fresco - arancia non trattata - 1 limone non trattato - 50 g di burro - 0,6 dl di latte - 2 cucchiai d'olio di semi di arachide

● **1** Lessate le patate, pelatele, passatele allo schiacciapatate e lasciatele raffreddare. Poi mettetele nella ciotola dell'impastatrice con la farina, lo zucchero, il lievito sbriciolato, la scorza grattugiata degli agrumi, il burro morbido a pezzetti e mescolate a velocità moderata; quindi aggiungete lentamente il latte tiepido e lavorate a fino a ottenere un impasto liscio e omogeneo.
● **2** Ungete leggermente la pasta con l'olio di semi di arachide e lasciatela lievitare per 2-3 ore in una ciotola coperta con la pellicola per alimenti.
● **3** Dividete l'impasto in piccole porzioni e formate tante ciambelline di circa 10-12 cm di diametro, copritele con un canovaccio umido e lasciatele lievitare per 30 minuti. Friggete le graffe nell'olio bollente, scolate sulla carta da cucina e servitele spolverizzate di zucchero.

FACILE
● **Preparazione 40 minuti + riposo**
● **Cottura 15 minuti ● 380 cal/porzione**







QUANDO LA FRITTURA DIVENTA ARTE
La pasticceria bolognese di Gino Fabbri (presidente dell'Accademia Maestri Pasticceri Italiani) a Carnevale è meta dei gourmet che amano le sue sfrappole, veri e propri gioielli della frittura.
Che cosa hanno di speciale questi dolci?
Sono molto sottili, quindi friabili, croccanti e hanno un gusto delicato. Poi oltre il gusto appagano anche udito, olfatto e vista.
C'è una temperatura ideale dell'olio per queste preparazioni?
Sì, tra i 170° e i 178°. Però, a chi vuole ottenere un risultato perfetto consiglio sempre una doppia frittura: un primo passaggio a 120° e un secondo a 176°.
È giusto aggiungere olio nuovo man mano che quello in frittura si consuma?
È un grave errore. Non si fa altro che allungare l'olio già esausto. La cosa migliore è tenere una padella di riserva in cui friggere con olio completamente nuovo.
E come deve essere la pasta in modo che i dolci non risultino inzuppati?
Deve contenere abbastanza liquidi in modo che, a contatto con l'olio caldo, questi reagiscano andando verso l'esterno piuttosto che l'interno dell'impasto. Così si ottiene una superficie croccante. Nella nostra pasta, per esempio ci sono aceto, anice e brandy. Certo, più sottile è la sfoglia, più i dolci sono croccanti e meno si inzuppano di olio.



Nell'altra pagina, tovaglio Society Limonta, cucchiaino in vendita da laRinascente, ciotola Stamperia Bertozzi, teglia Madame Gioia Home, grembiule Forme di Farina, braccialetto Sen. Indirizzi a pagina 6

> segue da pag. 20

Trasgressione, ma con giudizio

Ma, almeno a Carnevale, si può liberare dalle costrizioni della dieta. Certo, bisogna friggere nel modo giusto. Se si ama l'olio d'oliva, il migliore è quello delicato, altrimenti è ottimo quello di semi di arachide. Una volta si usava lo strutto, che dà al fritto una morbidezza speciale, ma aumenta la dose di grasso. Solo eccezionalmente la ricetta prevede il burro e, allora, va scelto quello chiarificato che ha un punto di fumo più alto.
In ogni caso, vuoi mettere la gioia di tirare con il matterello la tua sfoglia, darle la forma preferita, friggerla per averla calda, gonfia e profumata? Il naso è avvolto dalla fragranza di olio bollente che sfrigola sul fuoco mentre si formano i piccoli gioielli dorati. Via via che cuociono, si scolano sulla carta assorbente, lo zucchero scende in una lieve cascata bianca a impreziosirli, ed eccoli nel piatto, al centro del desiderio. In bocca sarà una festa deliziosa che ci ricorderemo a lungo.
Le versioni più semplici hanno nomi divertenti e sonori: "bugie" in Liguria e Piemonte, "chiacchiere" in Lombardia, "lattughe" a Mantova, "crostoli" in Trentino, "galani" in Veneto, "sfrappole" in Emilia "frappe" in Umbria e Lazio, "stracci" e "cenci" in Toscana, "zippulas" in Sardegna.

> segue a pag. 25

FRIJOLE SARDE

PER 8 PERSONE
300 g di farina di grano duro - 200 g di farina Manitoba - 12 g di lievito di birra fresco - 6 dl di latte - 15 g di zucchero - 1 cucchiaino di semi di anice - 2 arance non trattate - 2 uova - olio di semi di arachide per friggere - zucchero a velo - sale

● **1** Grattugiate la scorza delle arance, spremetene il succo e teneteli da parte. Sciogliete il lievito nel latte tiepido. In una ciotola mescolate le farine, lo zucchero, i semi di anice, la scorza grattugiata e un pizzico di sale. Mescolate e aggiungete il latte, le uova sbattute e il succo delle arance; lavorate fino a ottenere un impasto piuttosto fluido e fatelo riposare per 10 minuti.
● **2** Versate il composto nell'imbuto e fatelo colare nell'olio bollente con un movimento circolare, in modo da formare tante spirali.
● **3** Girate le frittelle per farle dorare uniformemente, scolatele su carta da cucina, spolverizzatele di zucchero a velo e servite.

FACILISSIMA
● Preparazione 30 minuti + riposo ● Cottura 10 minuti ● 350 cal/porzione





Piatto in vendita da laRinascente, tessuto Forme di Farina. In alto, grembiule Forme di Farina Indirizzi a pagina 6

CASSATELLE PALERMITANE

PER 8 PERSONE
per l'impasto: 500 g di farina 00 - 1 cucchiaino di miele - 2 uova - 1 limone non trattato - 120 g di strutto - 2 dl di Marsala - sale
per il ripieno: 400 g di ceci lessati - 150 g di zucchero - 2 cucchiaini di cannella in polvere - 100 g di gocce di cioccolato fondente - olio di semi di arachide per friggere - zucchero a velo

● **1** Preparate l'impasto. Mettete nella ciotola dell'impastatrice la farina, il miele, le uova, la scorza di limone grattugiata, lo strutto e un pizzico di sale. Lavorateli aggiungendo poco alla volta il Marsala e aumentando progressivamente la velocità di fino a ottenere un impasto liscio e omogeneo. Avvolgete la pasta nella pellicola e lasciatela riposare in frigo per 1 ora.
● **2** Preparate il ripieno. Mettete i ceci nel boccale del mixer e lavorateli a crema con lo zucchero, la cannella e 4-5 cucchiai di acqua. Trasferite il composto in una ciotola, aggiungete le gocce di cioccolato e mescolate. Stendete la pasta con il matterello ricavando una sfoglia dello spessore di circa 2 mm.
● **3** Con un coppapasta tagliate dei cerchi di 12 cm di diametro, mettete al centro di ciascuno un cucchiaino di ripieno e ripiegate la pasta a mezzaluna, sigillate bene i bordi usando un po' d'acqua, rifilateli con una rotella dentellata e bucherellate la superficie. Friggete le cassatelle in abbondante olio bollente, scolatele sulla carta da cucina, fatele intiepidire, spolverizzatele di zucchero a velo e servite.

FACILE
● **Preparazione 1 ora + riposo**
● **Cottura 15 minuti** ● **760 cal/porzione**





Lunch Box in vendita da Shoppable. Indirizzi a pagina 6

> segue da pag. 23

Prelibatezze dell'Italia in maschera

Curiosando fra i ricettari si incontrano classici e soprese. A Milano non c'è Carnevale senza i tortelli, ottenuti da un impasto messo a cucchiaiate nell'olio. Gli scroccafusi marchigiani sono piccole sfere completate con un giro di alchermes o di rum. Nel Bellunese abbiamo trovato le orecchie di coniglio, rettangoli farciti di semi di papavero e miele. A Napoli, le graffe (adattamento partenopeo del tedesco "krapfen") sono ciambelline morbide per la presenza di patate nell'impasto. Farcia di mandorle e miele, aromatizzata alle spezie per i culingiones sardi, ravioli dolci quadrati. Ma questo è solo un assaggio delle mille variazioni sul tema della frittura di festa.



FRITTELLE DELLE DOLOMITI

PER 8 PERSONE
250 g di farina - 30 g di zucchero - 2 uova - 1 albume - 40 g di burro - 2 cucchiai di rum - 100 g di semi di papavero - 2 cucchiai di miele - 1 cucchiaio di confettura di albicocche - 1 cucchiaino di cacao amaro - zucchero a velo - olio di arachidi per friggere - sale

● **1** Sgusciate le uova e separate i tuorli dagli albumi. Impastate la farina con lo zucchero, 1 presa di sale e i tuorli; aggiungete il burro molto morbido, il rum e i 2 albumi montati a neve. Lavorate la pasta fino a quando sarà liscia e omogenea, poi copritela e fatela riposare per 30 minuti.
● **2** Tritate nel mixer i semi di papavero, aggiungete il miele, la confettura di albicocche e il cacao. Stendete l'impasto in una sfoglia dello spessore di circa 2 mm, tagliatela a rombi e mettete al centro di ognuno 1 cucchiaino di ripieno.
● **3** Spennellate i bordi con l'albume rimasto, piegate i rombi a metà sigillando con la pressione delle dita. Friggete le frittelle in olio bollente, scolatele quando sono dorate, spolverizzatele con lo zucchero a velo e servite.

FACILE
● Preparazione 40 minuti + riposo
● Cottura 15 minuti ● 260 cal/porzione



In alto, ciotola Stamperia Bertozzi, americana Society Limonta, grembiule Forme di Farina. Indirizzi a pagina 6

LA TRAFILA DEL GUSTO



PASTA ETNA.
SOLO DAI MIGLIORI GRANI DI SICILIA

La Pasta Etna si pone ai vertici della bontà perché nasce dai migliori grani siciliani e da una filiera produttiva lunga e accurata.

Le semole sono impastate sottovuoto e con l'acqua pura di sorgenti etnee, l'essiccazione è lenta e graduale, la trafilatura al bronzo le dona una porosità artigianale sinonimo di genuinità. Pasta Etna è creata e firmata da Alberto Poiatti, interprete autentico della tradizione pastaia siciliana.

Alberto Poiatti

PASTAETNA.IT

Foto: Giuseppe Casaburi Boomerang•adv

Nettari dolci

PER LA DELICATA FRAGRANZA DEI PROFUMI E LA DISCRETA DOLCEZZA, I MOSCATI DEL SUD SONO INDICATI AD ACCOMPAGNARE LE LECCORNIE FRITTE DI CARNEVALE

di Sandro Sangiorgi, a cura di Monica Pilotto



VINI MORBIDI PER FRITTI DOLCI

Friggere è considerata una delle cotture più efficaci per dare gusto a una materia prima e, nello stesso tempo, conservarne intatte l'unità e la fragranza. L'immersione nell'olio bollente di un cibo, sovente avvolto da una pastella, genera una pellicola croccante dal sapore irresistibile, così da ottenere un affascinante contrasto tra l'esterno e l'interno. Talvolta il confine tra la "crosticina" e il cuore della materia è davvero sottile, in tutti i casi il compito del vino non è facile, soprattutto se, come accade nel nostro servizio, le ricette prevedono tra gli ingredienti lo zucchero.
Si tratta di un lavoro di completa custodia: sin dall'impatto dolce il liquido associa la propria morbidezza e continua in modo assonante nello sviluppo tattile, sottolineando una percezione di comunità con la sostanza del cibo. All'azione dell'alcol resta l'incarico finale di un graduale contrasto, per rinnovare il desiderio di un'altra unione.

MERAVIGLIOSI PASSITI

I Moscati meridionali sono tra i candidati migliori a eseguire tali accostamenti. Puglia, Calabria e Sicilia ospitano sorprendenti variazioni sul tema, basti pensare alla differenza tra la profondità di quello di Trani, la solarità di quello di Noto e l'arcaica suggestione del Moscato di Saracena, ottenuto da una cottura del primo mosto. Questi vini si adattano a fritti dolci di diversa natura, sia i ripieni sia le frittelle, perché oltre alla rotondità del sapore e al fervore dell'alcol aggiungono una vena di acidità che, quando si tratta di untuosità, per quanto lieve in una frittura ben fatta, punta zuccherina e sensazione cremosa si rivelano utili.
Per le fritture carnevalesche sono preziosi gli accostamenti territoriali: la Falanghina passita sugli struffoli napoletani, il Verduzzo vendemmia tardiva sulle fritole venete e friulane, il Moscato rosa passito sul krapfen, l'Erbaluce di Caluso Passito e l'Aleatico di Gradoli o dell'Elba per le chiacchiere, conosciute con un nome diverso quasi in ognuna delle province italiche.



FIVE STARS ASTI DOCG
Bosca SpA, Canelli (AT), 0141 967711, 7 € - È lo spumante dolce di punta dell'azienda piemontese e deriva da alcune vigne coltivate a Moscato poste nelle migliori posizioni del territorio astigiano; la cura nella produzione lo rende un duttile vino effervescente da servire sugli arancini di Carnevale e sulle chiacchiere "alla giudìa" (pag. 20 e 21).

MOSCATO PASSITO DI NOTO
Feudo Luparello, Pachino (SR), 0735 488010, 15 € - È una recente acquisizione dell'azienda marchigiana Ciù Ciù, già nota per la sua scelta di agricoltura biologica; il Moscato coltivato nell'agro di Noto è un particolare biotipo che sente più intensamente un terroir pieno di luce e calore. L'elegante densità del sapore si sposa con la cedevole succulenza delle Frijole (pag. 24).

PEPPINA MOSCATO DI SARACENA
Giuseppe Calabrese, Saracena (CS), 340 6023820, 18 € - Ottenuto da uve di Moscato di Saracena, Malvasia e Guarnaccia, questo vino subisce la cottura del primo mosto, un procedimento che ricorda pratiche antiche; attrae col suo colore bruno mogano e con le note di noce e dattero, rotondo e setoso coglie l'impronta mediterranea delle cassatelle e delle frittelle delle Dolomiti (pag. 25 e 26).

BENEVENTANO IGT PASSITO "ISS"
I Pentri, Castelvenere, 0824 940644, 1/2 l 18 €
Si produce con una prevalenza del vitigno Falanghina, al quale sono aggiunti Fiano e Malvasia; l'appassimento si protrae sino a primavera così che il vino resti dolce senza perdere la vitalità del sapore, condizione ideale per condividere la soffice ed elastica sostanza delle graffe (pag. 22).



PROFUMO NELL'ARIA


ABBIAMO SUPERATO I 500 TIGOTÀ
TIGOTÀ 500
Impegno e passione fanno di ogni traguardo un nuovo punto di partenza. Tigotà è fiera ed orgogliosa di festeggiare con Voi un nuovo grande traguardo: il 500° Tigotà. Le vittorie e i grandi successi ci rendono migliori se sono condivisi con Voi.
A tutti Voi 500 volte Grazie!
• shop online tigota.it • scopri l'App



Sapori d'alta quota

POLENTA, GNOCCHI, CARNE, FORMAGGIO. UN PRANZO RICCO, E BEN MERITATO, DA CONDIVIDERE CON GLI AMICI NEL DOLCE TEPORE DI CASA, DOPO INTENSE AVVENTURE NELLA NEVE

a cura di Roberta Fontana, testo di Fiammetta Bonazzi, ricette di Alessandra Avallone, foto di Stefano Scatà, styling di Caterina Caramello

Tutti gli oggetti utilizzati in questo servizio sono di Catelier. Indirizzi a pagina 6





Crostini di mais alla ricotta aromatizzata, pag. 40





Fuori la neve, che ha avvolto l'aspra silhouette delle montagne stagliata contro il cielo, dentro il tepore del camino e il calore degli amici. All'alba, il cielo prometteva tormenta e così sono state anticipate le uscite sulle piste o le ciaspolate, in modo da rientrare in baita all'ora di pranzo: stanchi e affamati, gli atleti si ritrovano accanto al camino per condividere il racconto delle imprese sportive e i crostini caldi di polenta spalmati con un'inedita crema di ricotta aromatizzata con peperoncino e semi di cumino e finocchio. Uno tira l'altro. E la stanchezza a poco a poco se ne va.

> *segue a pag. 35*





Gnocchi gratinati alla fontina, finferli e speck,
pag. 40







> segue da pag. 33

Accanto al tagliere delle tome d'alpeggio, che terrà compagnia insieme al pane casereccio e a un buon calice di rosso d'annata, completano l'antipasto i bastoncini di sedano avvolti nel lardo e riempiti con una golosa farcia di nocciole e miele di montagna: per sottolineare il contrasto fra il salume nostrano e la frutta a guscio, va benissimo il millefiori ma, dagli apicoltori delle valli, si potrebbe anche recuperare un prezioso vasetto del pregiato miele di rododendro, un cru tipico dell'alta quota, che porta in tavola tutto il profumo del bosco.
Nel soggiorno che si affaccia sulle vette innevate, la tavola decorata con i fiori bianchi dell'inverno è allestita con piatti e bicchieri spaiati (proprio come le sedie, una diversa dall'altra), superstiti di vecchi servizi di famiglia e di scorribande estive per i mercatini degli antichi villaggi di pietra. La mise en place rustica e nel contempo elegante mette in risalto il primo sostanzioso e molto "alpino": gli gnocchi di patate e semolino al ragù di finferli e speck, gratinati al forno con una grattugiata generosa di fontina che, sotto il grill, crea un'irresistibile crosticina dorata.

> segue a pag. 36







> segue da pag. 35

La mattinata sulla neve ha consumato energie. Ed ecco che, dopo gli gnocchi, c'è ancora spazio per un robusto secondo: la fracosta di manzo, un taglio compatto e saporito noto anche come tenerone. La carne è stata cotta diverse ore nel Dolcetto d'Alba sfumato con miele di castagno, cannella, chiodi di garofano, alloro e rosmarino, che l'hanno ammorbidita al punto giusto. L'aroma gagliardo del vino speziato dalla cucina si è diffuso a poco a poco in tutta la baita e si è mescolato al profumo delle verdure - soprattutto tuberi e radici - arrostite con la pancetta e una macinata di pepe nero e fleur de sel: in ogni terrina, una per ciascun commensale, ci sono rape biologiche, rapanelli, pastinache, carote e patate colorate che compongono un'inedita sinfonia di sapori e sfumature.

> segue a pag. 39





Fracosta di manzo al vino speziato,

pag. 41







VERDURE ARROSTITE ALLA PANCETTA

Pulite e tagliate 1,2 kg di radici e tuberi (rape di diverso tipo, ravanelli, pastinache, carote e patate colorate): a pezzi le rape e le pastinache, a bastoncini le carote, a fette le patate (lasciate interi i ravanelli). Trasferite tutte le verdure in una teglia con 3 cucchiai d'olio, salate e infornate a 200° per 1 ora circa. Mescolate le verdure a metà cottura e, 10-15 minuti prima della fine, copritele con 120 g di pancetta dolce a fettine. Servite le radici calde con la pancetta croccante, una macinata di pepe e un pizzico di fior di sale. Per 8 persone.



Strudel dolce di patate,
pag. 41

> *segue da pag. 36*

Nel pomeriggio, quando il sole inizia a raffreddarsi e gli abeti del bosco allungano le loro ombre sulla neve, il cielo torna di nuovo sereno. In lontananza, un'aquila sparisce oltre i monti e il rintocco del campanile scuote l'aria come un campanello di cristallo. Forte sarebbe la tentazione di uscire per una passeggiata corroborante per vincere l'inerzia del dopo pranzo. Ma - per ora - è molto più seducente la fragranza di uno strudel ancora caldo di forno, che a sorpresa nasconde un inedito ripieno di patate, mandorle, pistacchi, uvette e scorza di limone amalgamati con una dose generosa di crème fraîche. Si gusta con un caffe amaro, guarnito con una nuvola di panna e granella di pistacchi, la stessa da servire con il dessert. Dopo il dolce, però, bando alla pigrizia: i più coraggiosi calzano gli scarponi e si avviano verso il sentiero fra i larici, dove con un po' di fortuna si può incontrare la famiglia degli scoiattoli che a volte si avventurano fino alla baita. Al rientro, c'è per tutti un punch bollente che profuma d'arancia, e scalda le mani e l'anima.











CROSTINI DI MAIS ALLA RICOTTA AROMATIZZATA

PER 8 PERSONE
per la polenta: 200 g di farina di mais per polenta - 20 g di burro - olio extravergine d'oliva - sale
per la mousse: 400 g di ricotta vaccina - 1 cucchiaio di semi di finocchio - 1 cucchiaio di semi di kümmel (cumino dei prati) - 3 cucchiaini di peperoncino secco in fiocchi - 2 cucchiaini di aceto di mele - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** La sera precedente preparate la polenta: portate a ebollizione 6 dl di acqua salata, versate a pioggia la farina di mais, amalgamate con una frusta perché non si formino grumi, abbassate la fiamma e lasciate cuocere 1 ora, mescolando frequentemente. Quando la polenta è cotta, versatela su un tagliere e lasciatela raffreddare.
● **2** Tostate in una padella antiderente, per pochi istanti, i semi di finocchio e di kümmel, poi tritateli con un coltello. In una ciotola, lavorate a crema la ricotta con una spatola. Aggiungete il peperoncino, i semi tritati, l'aceto, 2 cucchiai di olio, un pizzico di sale e una macinata di pepe.
● **3** Tagliate la polenta a fette sottili e rosolatele in una padella con il burro e 2 cucchiai di olio, girandole per dorarle in modo uniforme. Spalmate i crostini, caldi o tiepidi, con la ricotta e serviteli.

FACILE
● **Preparazione 25 minuti + il riposo**
● **Cottura 1 ora e 10 minuti**
● **240 cal/porzione**

BASTONCINI DI SEDANO CON MIELE, NOCCIOLE E LARDO

PER 8 PERSONE
2 cespi di sedano - 100 g di lardo a fettine - 50 g di nocciole tostate - 1 dl di miele millefiori - pepe

● **1** Tritate le nocciole. Dividete i cespi di sedano in coste, lavatele, privatele di base, foglie e fili laterali, poi tagliatele a bastoncini lunghi 8-10 cm. Versate un filo di miele nella scanalatura di ogni costa e cospargete con le nocciole.
● **2** Avvolgete i bastoncini, a un'estremità, con le fettine di lardo. Disponeteli su una placca, coperta di carta da forno, e infornate a 200° per circa 1 minuto, finché il lardo inizia a fondere. Servite i bastoncini appena sfornati, spolverizzati di pepe.

FACILE
● **Preparazione 10 minuti**
● **Cottura 1 minuto**
● **210 cal/porzione**

GNOCCHI GRATINATI ALLA FONTINA, FINFERLI E SPECK

PER 8 PERSONE
per gli gnocchi: 1,5 kg di patate - 450 g di semolino - 50 g di farina - sale
per condire: 300 g di fontina - 150 g di speck - 50 g di finferli secchi - 1 rametto di salvia - olio extravergine d'oliva

● **1** Lavate le patate e lessatele con la buccia fino a quando saranno morbide. Intanto fate rinvenire i finferli per 15 minuti in acqua calda. Scolateli, asciugateli e saltateli in una padella per 5 minuti, con un filo d'olio e la salvia. Teneteli da parte e rosolate nella padella lo speck, tagliato a julienne, finché è dorato e croccante.
● **2** Scolate le patate, pelatele e passatele allo schiacciapatate facendole cadere sul piano di lavoro, spolverizzato con la farina. Impastate unendo il semolino, 2 cucchiaini di sale e lavorate l'impasto finché risulta liscio. Formate tante palline delle dimensioni di una grossa nocciola e schiacciatele leggermente al centro con il pollice.
● **3** Lessate gli gnocchi in abbondante acqua bollente salata. Quando salgono a galla, scolateli con un mestolo forato e ripassateli in una larga padella con 3 cucchiai di olio. Suddivideteli in 6 coccottine individuali, a strati alternati con la fontina grattugiata grossolanamente, i finferli e lo speck. Infornate a 200° per 20 minuti finché la superficie è leggermente dorata.

FACILE
● **Preparazione 1 ora**
● **Cottura 55 minuti**
● **590 cal/porzione**

BERE GIUSTO

Il Blanc de Morgex et de La Salle è il vino più delicato della Valle d'Aosta, il suo contributo è ideale sui crostini di mais e sui bastoncini di sedano, dei quali contrasta le sensazioni morbide e la lieve grassezza; gli gnocchi e la fracosta meritano la suadente e intensa presenza dello Chambave Rouge, ottenuto dal Petit Rouge e da un pochino di Dolcetto, Gamay e Pinot Noir; a Chambave c'è anche un meraviglioso passito, perfetto sullo strudel.



FRACOSTA DI MANZO AL VINO SPEZIATO

PER 8 PERSONE
1,5 kg di fracosta (taglio del collo) di manzo in unico pezzo disossata - 50 g di miele di castagno - 8 spicchi d'aglio - 5 carote - 4 coste di sedano - 2 mazzi di cardi - 1 limone - 2 foglie di alloro - 1 rametto di rosmarino - 1 piccola stecca di cannella - 1 cucchiaio di chiodi di garofano - 3 dl di brodo di carne o vegetale - 2 dl di Dolcetto d'Alba o di Chambave Rouge - 20 g di burro - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Fate disossare, arrotolare e legare la fracosta dal macellaio. Salatela, pepatela e rosolatela per 10 minuti in casseruola con il burro e 3 cucchiaio d'olio. Quando è dorata uniformemente, toglietela dalla casseruola e spennellatela su tutti i lati con il miele.
● **2** Rimettete la carne nella casseruola, unite 6 spicchi d'aglio sbucciati, le carote e il sedano puliti e a pezzetti, l'alloro, il rosmarino, la cannella e i chiodi di garofano. Salate e pepate, bagnate con il vino e fate prendere il bollore a fuoco vivo, in modo che l'alcol evapori. Abbassate la fiamma, unite il brodo bollente, coprite e lasciate cuocere a fuoco bassissimo per almeno 3 ore.
● **3** Nel frattempo, pulite i cardi, privateli dei fili laterali, tagliateli a pezzi lunghi 7-8 cm, e tuffateli via via in acqua e succo di limone perché non anneriscano. Lessateli per 25-30 minuti in abbondante acqua bollente salata, scolateli e ripassateli in una padella con 3 cucchiai di olio e gli spicchi d'aglio rimasti, sbucciati e schiacciati. Togliete la carne dalla casseruola e, se occorre, fate addensare il sugo a fuoco vivo per qualche minuti. Servite la fracosta caldissima con la sua salsa e i cardi saltati in padella (eliminate l'aglio).

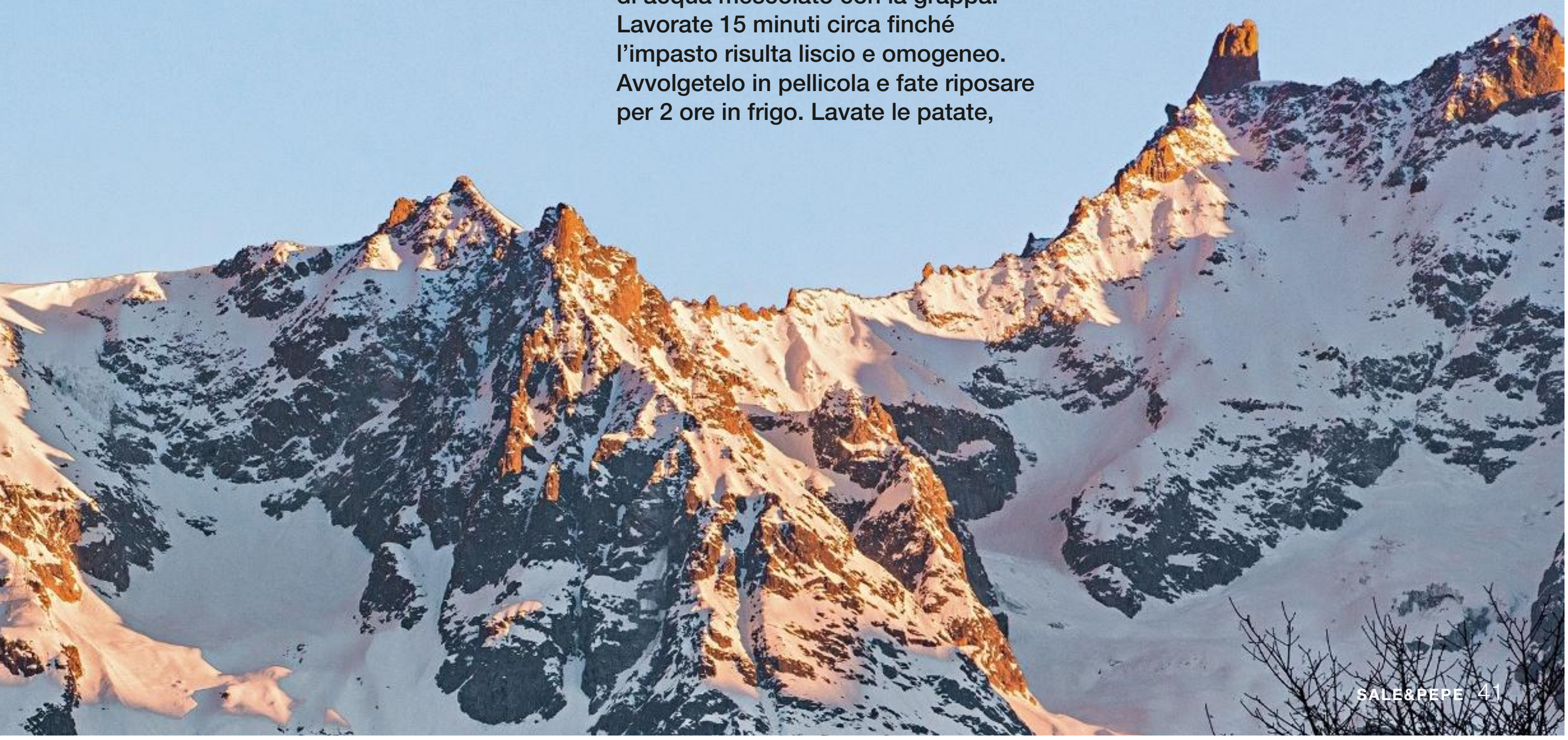
FACILE
● **Preparazione 20 minuti**
● **Cottura 3 ore e 50 minuti**
● **540 cal/porzione**

STRUDEL DOLCE DI PATATE

PER 8 PERSONE
per l'impasto: 250 g di farina + quella per la lavorazione - 1 uovo - 1 cucchiaio di grappa - olio extravergine d'oliva - sale
per il ripieno: 250 g di patate - 100 g di burro - 40 g di zucchero - 60 g di mandorle spellate - 40 g di uvetta - 30 g di pistacchi spellati - 2 uova - 1 limone non trattato - 2 cucchiai di crème fraîche - 0,5 dl di latte
per guarnire: zucchero a velo - pistacchi spellati - panna montata

● **1** Per l'impasto, mettete nella ciotola della planetaria la farina, l'uovo, 2 cucchiai d'olio, un pizzico di sale e lavorate a bassa velocità, con il gancio, per amalgamare il tutto. Aumentate la velocità e versate 1 dl di acqua mescolato con la grappa. Lavorate 15 minuti circa finché l'impasto risulta liscio e omogeneo. Avvolgetelo in pellicola e fate riposare per 2 ore in frigo. Lavate le patate, lessatele con la buccia, scolatele, pelatele e passatele allo schiacciapatate.
● **2** Per il ripieno, tritate le mandorle finemente nel mixer e i pistacchi grossolanamente con un coltello. Sgusciate le uova separando tuorli e albumi. Montate a crema con le fruste elettriche 75 g di burro con lo zucchero. Quando è soffice, unite i tuorli e lavorate finché il composto diventa spumoso. Unite la purea di patate, la crème fraîche, le mandorle, i pistacchi, l'uvetta, la scorza grattugiata del limone e amalgamate con una spatola. Incorporate poco alla volta gli albumi montati a neve.
● **3** Stendete l'impasto con il mattarello, sul piano di lavoro infarinato, formando una sfoglia rettangolare di 60x35 cm; fatela scivolare su un canovaccio infarinato. Fondete il burro rimasto e spennellatelo sulla sfoglia. Mettete al centro il ripieno e, aiutandovi con il canovaccio, arrotolate la sfoglia dal lato lungo, ripiegando i lati corti sul ripieno e saldando bene i bordi. Spennellate la superficie con un po' di latte e infornate a 175° per 45-50 minuti: durante la cottura, inumidite spesso l'impasto con il latte rimasto, in modo che non si rompa. Servite lo strudel caldo, spolverizzato di zucchero a velo e di pistacchi tritati, accompagnato con la panna montata.

MEDIA
● **Preparazione 1 ora + il riposo**
● **Cottura 1 ora e 20 minuti**
● **400 cal/porzione**



Paste di spirito

OVVERO COME DISTILLATI E LIQUORI REGALINO UN AROMA SPECIALE AI PIÙ DELIZIOSI CONDIMENTI DI SPAGHETTI & CO.

a cura di di Cristina Bottari, styling di Table Top Milano, ricette di Antonella Pavanello, foto di Francesca Moscheni



Linguine con vongole e carciofi al lime e Gin pag. 44



GIGLI CON ZUCCA, SCALOGNO E GAMBERI AL PASTIS

PER 4 PERSONE
350 g di pasta formato gigli - 400 g di polpa di zucca sbucciata - 20 code di gambero - 1 grosso scalogno - 150 ml di Pastis - 20 foglie di salvia - olio extravergine d'oliva - olio di arachide per friggere - sale - pepe

● **1** Scaldate circa un dito di olio di arachidi in un pentolino, friggetevi le foglie di salvia e fatele asciugare su un foglio di carta da cucina.
● **2** Tagliate la zucca a fettine; sbucciate e tritate lo scalogno. Sgusciate le code di gambero. Fate rosolare lo scalogno nell'olio in una larga padella antiaderente per 2-3 minuti, poi unite le fettine di zucca e fatele dorare da entrambi i lati. Sfumate con il Pastis, fate evaporare, unite le code di gambero, mescolate, condite con sale e pepe e cuocete per 2 minuti.
● **3** Lessate la pasta in acqua salata. Scolatela al dente, tenendo da parte un po' dell'acqua di cottura, e versatela nella padella del condimento con qualche cucchiaio dell'acqua riservata, insaporite per 1 minuto, condite con metà delle foglie di salvia sbriciolate, distribuitela nei piatti e guarnite con la salvia rimasta.

FACILE ● **Preparazione 15 minuti** ● **Cottura 15 minuti** ● **700 cal/porzione**

Piatto piano Marimekko, piatto sfaccettato Iittala per Issey Miyake, da Jannelli & Volpi; nella pagina a fianco: tagliere Hay, da Designrepublic.com, piatto Ruota di Studio Picone, La Tavola Italiana tovagliolo di lino, Zara Home, bicchiere e piattino Coincasa. Indirizzi a pagina 6

GARGANELLI CON RAGÙ DI ANATRA ALL'ARANCIA E GRAND MARNIER

PER 4 PERSONE
250 g di garganelli secchi - 300 g di petto d'anatra (già spellato) - 1/2 cipolla - 1 piccola carota - 1 costa di sedano - 1 arancia non trattata - 1 cucchiaio di farina 00 - 100 ml di Grand Marnier - 100 ml di brodo vegetale o di pollo - 4 cucchiai di olio extravergine d'oliva - 1 ciuffo di prezzemolo - 1 ciuffo di finocchietto - sale - pepe

● **1** Tritate la polpa di anatra al tritacarne oppure con il coltello. Grattugiate la scorza di arancia e spremetene il succo. Mondate e tritate carota, sedano e cipolla e rosolateli nell'olio in una casseruola dal fondo spesso. Dopo 2 o 3 minuti unite la polpa d'anatra e rosolatela bene, finché risulterà quasi croccante.
● **2** Sfumate con il Grand Marnier, lasciate evaporare, salate, pepate, spolverizzate con la farina, mescolate e unite il succo d'arancia e il brodo caldo. Fate cuocere a fuoco bassissimo e a pentola coperta per circa 1 ora, mescolando di tanto in tanto e unendo ancora poco brodo caldo, se il ragù fosse troppo asciutto. Lavate e tritate il prezzemolo e il finocchietto.
● **3** Lessate i garganelli in abbondate acqua salata, scolateli al dente, conditeli col ragù e le erbe tritate, spolverizzate con la scorza d'arancia e servite subito.

FACILE ● Preparazione 15 minuti ● Cottura 1 ora e 10 minuti ● 530 cal/porzione





LINGUINE CON VONGOLE E CARCIOFI AL LIME E GIN

PER 4 PERSONE
360 g di linguine - 1 kg di vongole veraci - 2 cipollotti molto sottili - 2 carciofi - 1 rametto di basilico - 1 spicchio d'aglio - 150 ml di Gin - 1 limone - 1 lime - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Fate spurgare le vongole in acqua fredda con 1 cucchiaino di sale per 2-3 ore, cambiando spesso l'acqua. Private i carciofi delle foglie esterne più dure, delle punte e del fieno. Tagliateli a spicchi sottili e metteteli in acqua con il succo deli limone.
● **2** Scaldate 2 cucchiai di olio in una larga padella con il basilico e l'aglio, sbucciato, unite le vongole, bagnatele con metà Gin e fatele aprire a fuoco vivace, a pentola coperta. Appena le vongole si saranno aperte, ritiratele dal fuoco. Eliminate le vongole rotte o rimaste chiuse e sgusciate le altre, tenendone alcune intere. Filtrate il fondo di cottura con una garza e fatelo restringere un po' in padella.
● **3** Sgocciolate i carciofi. Pulite i cipollotti, tagliateli a rondelle e rosolateli dolcemente in 4 cucchiai di olio per 2 minuti, poi unite i carciofi e saltateli a fuoco vivace per 2 minuti, finché risulteranno leggermente dorati. Salate, pepate, sfumate con il Gin rimasto e proseguite la cottura per altri 2 minuti.
● **4** Lessate le linguine in abbondante acqua salata, scolatele molto al dente e trasferitele nella padella con il fondo di cottura delle vongole caldo. Saltate la pasta in padella, unite i carciofi e le vongole tenute da parte e lasciate insaporire. Servite le linguine con uno spruzzo di lime e la sua scorza grattugiata.

MEDIA ● Preparazione 20 minuti + l' ammollo ● Cottura 15 minuti ● 520 cal/porzione



SPAGHETTI AFFUMICATI ALLA CARBONARA DI WHISKY CON CIPOLLE E SPECK

PER 4 PERSONE
360 g di spaghetti - 2 piccole cipolle dorate - 4-5 fette di speck tagliate spesse - 2 uova - 2 tuorli - 2 cucchiai di parmigiano grattugiato - 2 cucchiai di pecorino grattugiato - 100 ml di Whisky affumicato (tipo Lagavulin, Laphroaig…) - 50 g di burro - sale - pepe

● **1** Sbucciate le cipolle e tagliatele a spicchietti sottili; tagliate lo speck a pezzetti. Fate fondere il burro in una padella, unite le cipolle e stufatele dolcemente per circa 3 minuti. Unite lo speck e proseguite la cottura per altri 2 minuti fino a renderlo leggermente croccante. Bagnate col Whisky, fatelo sfumare e cuocete fino a farlo asciugare quasi del tutto: il condimento dovrà risultare umido, morbido ma non asciutto.
● **2** Intanto rompete le uova in una grossa ciotola, unitevi i tuorli, amalgamatevi i formaggi grattugiati salate e pepate. Unite la cipolla con lo speck e mescolate.
● **3** Cuocete gli spaghetti in abbondante acqua salata. Scolateli al dente e trasferiteli direttamente nella ciotola, mescolate rapidamente. Servite subito con una generosa macinata di pepe.

FACILE ● Preparazione 10 minuti ● Cottura 10-15 minuti ● 800 cal/porzione

Piatti di porcellana Vulcania Tognana; forchetta Zara Home; tovagliolo con fili di lurex, Maisons du Monde. Nella pagina a fianco: runner in cuoio rigenerato di Essent'ial, da Jannelli & Volpi, sottopiatto Maisons du Monde, tovagliolo di lino Society; piatto e ciotola Coincasa, vasetto Maisons du Monde, caraffa Coincasa. Indirizzi a pagina 6

MACCHERONI RIGATI CON FONDUTA DI TALEGGIO ALLA GRAPPA E RADICCHIO TARDIVO

Tagliere in legno e gres di KnIndustrie, piatto effetto legno e fondina in melanina, da Controbuffet, forchetta e ciotolina Coincasa, bicchieri Muuto, da Designrepublic.com, tovagliolo di lino Society. Indirizzi a pagina 6

PER 4 PERSONE
360 g di maccheroni rigati o mezze maniche rigate - 250 g di taleggio (peso netto senza crosta) - 2 cucchiaini di fecola di patate - 400 ml di latte - 150 ml di Grappa - 2 cespi di radicchio tardivo - 1 spicchio d'aglio - qualche rametto di timo - 4 cucchiai di olio extravergine d'oliva - sale - pepe nero di mulinello

● **1** Pulite il radicchio, lavatelo e tagliatelo a pezzi di 1 cm circa. Scaldate l'olio con l'aglio, sbucciato, in una padella antiaderente e saltatevi il radicchio per un minuto; conditelo con sale e pepe, sfumatelo con 50 ml di Grappa e togliete dal fuoco. Eliminate l'aglio. Tagliate il taleggio a tocchetti.
● **2** Lessate la pasta in abbondante acqua salata. Nel frattempo, sciogliete la fecola in 4 cucchiai di latte; scaldate il latte rimasto in una casseruola, unitevi il mix di fecola, il taleggio a tocchetti e la Grappa rimasta, salate, pepate e cuocete mescolando fino a che il formaggio si è sciolto e la salsa addensata.
● **3** Scolate la pasta al dente, conservando un mestolino dell'acqua di cottura, e saltatela per pochi istanti in padella con il radicchio, qualche fogliolina di timo e qualche cucchiaio dell'acqua di cottura, per evitare che si asciughi troppo. Distribuite 3/4 della fonduta nei singoli piatti e disponetevi la pasta. Nappatela con la fonduta rimasta, spolverizzate con altro timo e con una macinata di pepe.

FACILE ● Preparazione 15 minuti ● Cottura 15 minuti ● 750 cal/porzione





PENNETTE ALLA VODKA CON FUNGHI PIOPPINI, POMODORO E CRÈME FRAÎCHE

PER 4 PERSONE
360 g di pennette rigate - 300 g di funghi pioppini - 100 ml di Vodka - 1 spicchio d'aglio - 300 g di salsa di pomodoro - 100 g di crème fraîche - qualche stelo di erba cipollina - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Pulite i funghi, lavateli rapidamente sotto l'acqua corrente e sgocciolateli molto bene. Scaldate 2 cucchiai di olio con lo spicchio d'aglio, sbucciato, unite i funghi e saltateli in padella a fuoco vivace per 1 minuto. Bagnateli con la Vodka, salateli, cuoceteli per 1 altro minuto, ritirateli dalla padella con un mestolo forato e teneteli da parte.
● **2** Nella stessa padella scaldate la salsa di pomodoro, conditela con sale e pepe e cuocetela per qualche minuto. Unite la crème fraîche e proseguite la cottura per un paio di minuti. Rimettete i funghi nella padella, lasciate insaporire poi togliete dal fuoco. Eliminate lo spicchio d'aglio.
● **3** Lessate le pennette in abbondante acqua salata, scolatele al dente e versatele direttamente nella padella con il sugo. Mescolate bene, spolverizzate con l'erba cipollina tagliuzzata finemente e servite subito.

FACILE ● **Preparazione 10 minuti** ● **Cottura 15 minuti** ● **510 cal/porzione**

Tagliere Muuto, da Design Republic, piatto piano Vulcania Tognana, forchetta DEM, KnIndustrie, tovagliolo di lino Society. Indirizzi a pagina 6


la Scuola di Cucina
sale&pepe
APRI LA TUA SCUOLA DI
E REALIZZA UN SOGNO.
sale&pepe


CUCINA
SCEGLI IL FRANCHISING DELLA SCUOLA DI CUCINA DI SALE&PEPE
E SCOPRI TUTTI I VANTAGGI DI LAVORARE CON NOI.
Sale&Pepe è alla ricerca di persone che desiderano trasformare la propria passione in un mestiere. Scopri com'è facile aprire una scuola di cucina nella tua città. Con il nostro supporto, potrai avvalerti di tanti benefici e agevolazioni oltre alla garanzia di utilizzare un brand leader di settore come Sale&Pepe. Ci occuperemo di tutto: dall'allestimento degli spazi, alla formazione degli operatori, oltre a un piano didattico realizzato ad hoc dai nostri chef. Scegli il partner giusto per creare la professione che hai sempre desiderato.
PER TUTTE LE INFO VAI SU SALEPEPE.IT
O SCRIVI A SCUOLADICUCINAFRANCHISING@MONDADORI.IT
GRUPPO MONDADORI

Fettuccine Alfredo

INGREDIENTI SEMPLICI, ASSEMBLATI CON MAESTRIA, PER UN PIATTO GOLOSO NATO A ROMA E DIVENTATO UN MITO NEGLI STATES. APPREZZATO DA GENERAZIONI DI CELEBRITÀ, DAI DIVI DEL MUTO A QUELLI DELLA DOLCE VITA, FINO A OGGI

di Marina Cella, foto di Michele Tabozzi



Fettuccine Alfredo
pag. 52

IL RISTORANTE ALFREDO
Inaugurato dal cuoco Alfredo Di Lelio quasi un secolo fa, il ristorante che ne porta il nome è ancora nella sede storica di via della Scrofa, dove divenne celebre per le fettuccine. A guidarlo sono Mario Mozzetti (nella foto a destra con lo chef Sergio Peri e Carlo Nanni) e Veronica Salvatori, discendenti dei collaboratori di Alfredo che rilevarono il locale nel 1943, continuando a proporre le storiche fettuccine (anche se un altro ristorante romano, “Il vero Alfredo”, rivendica la paternità della ricetta).



Qual è il segreto delle fettuccine Alfredo, un semplice piatto di pasta al burro creato negli Anni ’20 in una trattoria romana, che per gli americani è un mito? Indubbiamente a renderle così famose ha contribuito la loro storia speciale, quasi una favola hollywoodiana che si intreccia con divi d’Oltreoceano e celebrità nostrane. Oggi un libro ce la racconta (vedi pagina seguente), a cominciare dagli inizi, quando due attori americani del cinema muto si innamorarono delle fettuccine servite da Alfredo nel suo ristorante di via della Scrofa, a Roma, e le resero celebri in tutta Hollywood. Ma se, dopo quasi un secolo, le fettuccine sono ancora amatissime anche a Roma, è soprattutto perché sono un piatto irresistibile, pur nella loro semplicità. Sfoglia tirata sottilissima e un trionfo di burro e parmigiano di ottima qualità che, mantecati ad arte da camerieri formati ad hoc, creano una deliziosa cremina che si fonde al meglio con la pasta e la esalta. Il ristorante Alfredo ne serve 15 kg al giorno, che diventano 40 nei week end.



1



2



3



4



5

FETTUCCINE ALFREDO (RICETTA DEL RISTORANTE ALFREDO ALLA SCROFA)

PER 2 PORZIONI (CIRCA 120 G A TESTA)
300 g di farina semolata - 3 uova medie - 60 g di burro morbido - 130 g circa di parmigiano reggiano 24 mesi finemente grattugiato - sale

● **1** Disponete la farina a fontana sul piano di lavoro, unite le uova e un pizzico di sale, amalgamate gli ingredienti prima con una forchetta e poi con le mani, impastando fino a ottenere un composto omogeneo. Formate un panetto, copritelo con un canovaccio e fatelo riposare per un'ora circa.
● **2** Riprendete l'impasto e stendetelo in una sfoglia molto sottile con il matterello. Quindi ripiegate più volte i lembi all'interno fino a ottenere un rotolino piatto e con un coltello tagliate le fettuccine nella larghezza desiderata (che non deve superare il 1/2 cm). In alternativa potete preparare le fettuccine con la macchinetta tirapasta, passando la sfoglia attraverso rulli sempre più sottili fino allo spessore desiderato.
● **3** In una pentola portate a bollore abbondante acqua salata. Nel frattempo disponete il burro a tocchi in un capiente piatto ovale caldo. Lessate la pasta, girandola nell'acqua per evitare che si attacchi. Dopo mezzo minuto circa estraete le fettuccine dalla pentola senza scolarle: prelevatene poche alla volta con l'aiuto di un forchettone e stendetele direttamente nel piatto preparato, con un po' della loro acqua di cottura. Servirà per la mantecatura e non deve essere troppa (il condimento risulterebbe liquido) né troppo poca (le fettuccine sarebbero asciutte).
● **4** Dopo avere disposto tutte le fettuccine nel piatto, spolverizzatele con il parmigiano coprendole interamente.
● **5** Con l'aiuto di un cucchiaio e una forchetta mantecate le fettuccine, facendo attenzione a non romperle, fino a ottenere una cremina omogenea e non troppo liquida. Suddividete la pasta nei piatti e servitela subito, ben calda.

"Il segreto è nella mantecatura, che si svolge a ritmo di valzer, cioè in tre tempi" dice Mario Mozzetti

UN PIATTO UN LIBRO

"Con le fettuccine del caro Alfredo si può cantare per lunghi anni ancora!" Questa dedica del grande tenore Beniamino Gigli, scritta nel 1930 sul Libro degli ospiti del ristorante Alfredo (foto sotto a destra), è una delle tante e curiose testimonianze raccolte nel libro *Fettuccine Alfredo. Una vera storia d'amore* (Agra, € 10). Fresco di stampa, il volume racconta le vicende del ristorante di via della Scrofa dalla nascita negli Anni '20 fino a oggi, con ricordi e immagini dei suoi più celebri ospiti: attori (sopra a destra Tony Curtis), registi, musicisti (a sinistra Jimi Hendrix), scrittori. Tutti innamorati delle "Bionde", come Alfredo chiamava le sue fettuccine.









FOTO TRATTE DAL LIBRO FETTUCCINE ALFREDO. UNA VERA STORIA D'AMORE



1



2



3



4



5



6



7

CARRÉ DI AGNELLO SU CREMA DI SEDANO RAPA CON CARCIOFI ALLA ROMANA

PER 4 PERSONE
per il carré: 1,5 kg di carré di agnello - 1 carota - 1 costola di sedano - 1 cipolla - 3 rametti di rosmarino e 2 di timo - 1 spicchio d'aglio - 150 ml di vino bianco - 150 ml di Porto - 1/2 litro di brodo vegetale - 150 ml di olio extravergine d'oliva - 1 cucchiaio di amido di mais - 1 sedano rapa - 300 g di patate - 1 scalogno - sale - pepe
per i carciofi: 4 carciofi romaneschi - 1 limone - 30 g di mentuccia romana - 20 g di prezzemolo - 1 spicchio d'aglio - 150 ml di vino bianco - 150 ml di olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Preparate il carré. Con un grosso coltello pulite la carne, eliminando le parti grasse. Tritate finemente il rosmarino, il timo (tranne qualche rametto) e l'aglio sbucciato e condite il carré con sale, pepe, il mix preparato e 30 ml d'olio.
● **2** Pulite sedano, carota e cipolla, tagliateli a cubetti e insaporiteli con il rosmarino e il timo tenuti da parte.
● **3** Fate rosolare il carré in una padella con 30 ml d'olio e unite le verdure. Sfumate con metà vino e fate evaporare.
● **4** Trasferite il carré in forno caldo a 180° e cuocete per 20-30 minuti, bagnando a metà cottura con il vino rimasto.
● **5** Nel frattempo pulite i carciofi e spellate i gambi senza staccarli. Trasferiteli in acqua con il succo del limone. Tritate la menta, l'aglio sbucciato e il prezzemolo e insaporite con sale, pepe e metà olio. Scolate i carciofi, farciteli con il trito, trasferiteli in un tegame a testa in giù, salate, pepate e fateli soffriggere con l'olio rimasto. Fuori dal fuoco versate il vino, 1 bicchiere d'acqua, coprite con carta da forno o da pane bagnata e cuocete a fuoco basso per circa 15 minuti.
● **6** Preparate la crema di sedano rapa. Riducete a cubetti il sedano e le patate sbucciati. Tagliate a julienne lo scalogno sbucciato e fatelo appassire in un tegame con 30 ml d'olio. Unite gli ortaggi, coprite d'acqua e cuocete per 10-15 minuti. Quindi scolate tenendo da parte il liquido di cottura.
● **7** Frullate gli ortaggi con l'olio rimasto e un po' del liquido di cottura, in base alla densità desiderata. Regolate di sale e pepate. Trasferite in una pentola la salsa del carré con le verdure, sfumate con metà Porto, unite il brodo e fate bollire fino a ridurlo della metà. Salate, addensate con l'amido di mais leggermente sciolto nel Porto rimasto e filtrate. Servite il carré sopra la crema con la salsa al Porto e i carciofi.





Nella pagina accanto, vassoio Coincasa, ciotola Serax, forchetta Antichità San Marco. Indirizzi a pagina 6

L'insalata è cotta!

CICORIE, INDIVIE E LATTUGHE AL FORNO O IN PADELLA: INSOLITE DECLINAZIONI DELLE REGINE D'INVERNO

testo di Cristiana Cassé, ricette di Claudia Compagni, styling di Studio Salaris, foto di Luca Colombo/ Studio XL





ECCELLENZA ITALIANA
Forse la più pregiata tra le cicorie, il Radicchio tardivo di Treviso Igp ha gusto amarognolo e consistenza molto croccante, ideale anche in cottura. È perfetto in questa marinatura dolce speziata e in linea con lo spunto fumé del parmigiano in cialda.



RADICCHIO TARDIVO MARINATO CON CHIPS DI PARMIGIANO

PER 4 PERSONE
600 g di radicchio tardivo - 40 g di parmigiano reggiano grattugiato - 50 g di zucchero di canna - 2 dl di aceto di vino rosso - 3 cm di cannella in stecca - 1 cucchiaino di pepe nero in grani - 3 bacche di ginepro - 1 foglia di alloro - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Versate 1,5 litri di acqua in una casseruola, unite la metà del pepe, le bacche di ginepro, la cannella e lo zucchero di canna e portate a ebollizione. Mondate il radicchio, pulite la radice, dividete i cespi in 4 spicchi e lavateli. Versate l'aceto nell'acqua in ebollizione, unite il radicchio e cuocetelo per 30 secondi.
● **2** Scolatelo con un mestolo forato e trasferitelo su più fogli di carta da cucina. Lasciatelo asciugare e poi mettetelo in una pirofila o in una grossa ciotola fonda. Regolate di sale, unite il pepe rimasto pestato e la foglia di alloro. Copritelo a filo con olio e lasciate marinare per 3-4 ore.
● **3** Scaldate una padella antiaderente, cospargete il fondo con uno strato sottilissimo di parmigiano e cuocetelo finché inizia a dorare. Trasferite la cialda ottenuta su un foglio di carta da forno e ripetete l'operazione fino a terminare il formaggio. Spezzettate le cialde e servitele con il radicchio sgocciolato.

FACILISSIMA
● Preparazione 15 minuti + riposo ● Cottura 10 minuti ● 190 cal/porzione

LATTUGA ROMANA AL FORNO CON CROSTINI E MANGO

PER 4 PERSONE
4 piccoli cespi di lattuga romana - 1 piccolo mango - 40 g di ricotta dura - 80 g di pane tipo francese a fette - 1 limone non trattato - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Sciacquate i cespi di insalata sotto l'acqua corrente, sgocciolateli bene e disponeteli in una teglia rivestita con carta da forno. Insaporiteli con una presa di sale e una macinata di pepe e conditeli con il succo del limone filtrato e 4 cucchiai di olio. Cuoceteli in forno caldo a 200° per 15 minuti.
● **2** Tagliate il pane a dadini e fatelo dorare in padella con 3 cucchiai di olio. Pelate il mango e riducete la polpa a tocchetti.
● **3** Disponete l'insalata nei piatti, cospargetela con i crostini, il mango e la ricotta dura grattugiata con una grattugia a fori grossi. Completate con una macinata di pepe e servite.

FACILISSIMA
● Preparazione 25 minuti ● Cottura 20 minuti ● 180 cal/porzione



L'INSALATA DI CESARE
Di sapore dolce, leggermente erbaceo, è la protagonista della celebre Cesar salad, inventata dallo chef Cesare Cardini. Molto apprezzata anche in cottura, grazie alla sua robustezza, è ottima in questa ricetta giocata sui contrasti di gusti e di consistenze.



Vassoio Serax, tessuto Designers Guild. Nella pagina accanto, piatto, cucchiaio e vassoio Serax, tessuto Designers Guild. Indirizzi a pagina 6



SOFFICE E DELICATO
Conosciuto anche come radicchio di Milano, ha gusto abbastanza dolce e si rivela quindi ideale in questa versione al forno con sciroppo d'acero, aceto balsamico e panna, insaporita dal tocco sapido del prosciutto croccante.

PAN DI ZUCCHERO GLASSATO CON PROSCIUTTO CRUDO CROCCANTE

PER 4 PERSONE
1 grosso cespo di cicoria pan di zucchero - 60 g di prosciutto crudo toscano - 1,5 dl di panna - 1/2 dl di sciroppo d'acero - 50 g di burro - 1 cucchiaio di aceto balsamico - sale - pepe

● **1** Sciacquate l'insalata sotto l'acqua corrente, asciugatela, tagliatela nel senso della larghezza in grosse fette di circa 4 cm di spessore e disponetele l'una accanto all'altra in una teglia rivestita con carta da forno.
● **2** Condite con una presa di sale, una macinata di pepe, lo sciroppo d'acero, 30 g di burro a fiocchetti e l'aceto balsamico. Versatevi tutto intorno la panna e cuocete in forno caldo a 200° per 20 minuti circa, finché inizierà a dorare.
● **3** Fate sciogliere il burro rimasto in una padella antiaderente, unite le fette di prosciutto e cuocetele per 2-3 minuti finché saranno croccanti. Sgocciolatele dal fondo di cottura, spezzettatele e servitele sull'insalata glassata.

FACILISSIMA
● Preparazione 10 minuti ● Cottura 25 minuti ● 290 cal/porzione



Piatto e sottopiatto Coincasa, coltello Serax, ciotolina e tovagliolo Zara Home. Nella pagina accanto, piatto Coincasa, tessuto Designers Guild. Indirizzi a pagina 6

CUOR LEGGERO
L'indivia belga viene cresciuta al buio per ottenere colore chiaro e consistenza tenera. È molto godibile in questa ricetta con miele e succo d'arancia, che ne rispetta il carattere gentile per poi metterlo in contrasto con la vena piccantina del gorgonzola di capra.

BELGA CARAMELLATA ALLE SPEZIE CON GORGONZOLA DI CAPRA

PER 4 PERSONE
64 cespi di indivia belga - 80 g di gorgonzola di capra - 2 arance non trattate - 40 g di burro - 1 cucchiaio colmo di miele di acacia - 2 chiodi di garofano - noce moscata - sale - pepe

● **1** Lavate un'arancia e prelevate la metà della scorza con un pelapatate, privatela della parte bianca e riducetela a julienne. Scottate le scorzette in acqua bollente per 30 secondi. Scolatele, scottatele di nuovo e sgocciolatele. Ricavate il succo di entrambe le arance.
● **2** Lavate i cespi di insalata, asciugateli con carta da cucina e tagliateli a metà nel senso della lunghezza. Fate sciogliere il burro in una grossa padella con i chiodi di garofano, unite i cespi di insalata con la parte tagliata verso il basso e cuoceteli per 3-4 minuti a fiamma bassa.
● **3** Alzate la fiamma, versate il miele sul fondo della padella e proseguite la cottura per 2-3 minuti finché inizierà a caramellare. Aggiungete il succo delle arance filtrato con un colino, unite le scorzette, salate e cuocete per altri 2 minuti. Girate delicatamente i cespi di belga, insaporiteli con una grattata di noce moscata e una macinata di pepe e serviteli con sopra il gorgonzola a dadini.

FACILISSIMA
● Preparazione 25 minuti
● Cottura 10 minuti ● 210 cal/porzione



A TUTTO GUSTO

È un'indivia, come la belga, ma con uno spunto amarognolo spiccato e una consistenza più robusta. Grazie a queste caratteristiche, è la regina delle insalate da cottura e si presta per innumerevoli accostamenti. Spesso è utilizzata nei ripieni, mentre in questa versione è lei stessa ad accogliere una golosa farcia dolce-salata.

SCAROLA RIPIENA ALLA SALVIA CON ALBICOCCHE SECCHE

PER 4 PERSONE
2 grossi cespi di scarola - 150 g di mollica di pane tipo Altamura - 80 g di albicocche disidratate - 80 g di mandorle con la buccia - 40 g di burro - 1 spicchio d'aglio - 20 g di pangrattato - 4 grosse foglie di salvia - sale - pepe

● **1** Lavate i cespi di scarola sotto l'acqua corrente, sgocciolateli e cuoceteli per 1 minuto in acqua salata in ebollizione. Sgocciolateli con un mestolo forato e lasciateli raffreddare in un grosso colapasta in modo che perdano tutta l'acqua di cottura. Una volta freddi, strizzateli delicatamente e disponeteli sul piano di lavoro.
● **2** Tritate la mollica nel mixer con le mandorle, la salvia, l'aglio sbucciato e privato del germoglio centrale, una presa di sale e una generosa macinata di pepe. Tagliate le albicocche a dadini e mescolatele alla miscela di mollica.
● **3** Allargate le foglie dell'insalata e farcitele con il composto. Richiudetele e legate i cespi con più giri di spago da cucina. Trasferiteli in una teglia rivestita con carta da forno, cospargeteli con il pangrattato e il burro a dadini e cuoceteli in forno caldo a 180° per 30 minuti. Tagliate i cespi a fette spesse, eliminate lo spago e servite.



FACILE
● **Preparazione 30 minuti** ● **Cottura 30 minuti** ● **330 cal/porzione**

Sfere colorate

LE CLASSICHE CARAMELLE RICOPERTE DI ZUCCHERO SI TRASFORMANO IN UN VARIOPINTO DECORO CARNELVALESCO

a cura di Silvia Bombelli, realizzazione di Antonella Pavanello, foto di Francesca Moscheni





1



2



3

PREPARAZIONE ED ESECUZIONE

OCCORRENTE:
3 sfere di spugna per fioristi o di polistirolo (circa 8 cm di diametro) - 200 caramelle tonde gommose di vari colori - 200 stuzzicadenti - 3 nastri colorati sottili di 60-70 cm di lunghezza ciascuno - spilli

● **1** Avvolgete un nastro attorno a ogni sfera, legatelo e fissatelo con alcuni spilli in modo da poter appendere agilmente le sfere. Se volete, ricopritele con pellicola alimentare o carta d'alluminio per evitare il contatto delle caramelle con il materiale sintetico di cui sono composte, così potrete poi mangiarle.
● **2** Tagliate gli stuzzicadenti a metà con un tronchesino oppure, secondo le dimensioni delle caramelle, eliminatene solo un terzo. Infilzate gli stuzzicadenti dal lato della punta sulla parte più piatta di ogni caramella.
● **3** Infilate i "chiodini" di caramella sulle sfere uno vicino all'altro, alternando i colori e senza lasciare spazi vuoti. Ricoprite completamente le sfere con le caramelle creando un mosaico variopinto. Appendetele a una mensola con il nastrino, oppure appoggiatele su un'alzatina come elemento decorativo.

Salsiccia



SALAMELLA, LUGANIGA, VERZINO... COME GUSTARE ALCUNE TRA LE PIÙ GHIOTTE SPECIALITÀ MADE IN ITALY

a cura di Alessandro Gnocchi, testo di Luca Iaccarino, ricette di Livia Sala, foto di Michele Tabozzi styling di Studio Salaris





RISOTTO ALLE MELE E LUGANIGA AL FINOCCHIETTO

PER 4 PERSONE
280 g di riso Carnaroli - 2 scalogni - 1 dl di vino bianco - 1 foglia di alloro - 200 g di luganiga al finocchietto - 1 l di brodo di carne - 1 mela - 20 g di capperi dissalati - rosmarino - 30 g di burro - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Sbucciate gli scalogni, tritateli e soffriggeteli in un piccolo tegame con poco olio e sale; unite il vino e l'alloro e fate evaporare metà del liquido. In un'altra pentola, rosolate la luganiga sbriciolata, fatela dorare, poi prelevatela, trasferitela nel tegamino con gli scalogni soffritti, fate insaporire e togliete dal fuoco.
● **2** Eliminate il grasso della luganiga rimasto nella pentola, versate un filo d'olio e tostate il riso. Aggiungete la salsiccia e gli scalogni (dopo aver eliminato l'alloro) e cuocete il risotto bagnandolo di tanto in tanto con un mestolino di brodo caldo.
● **3** Pelate la mela, grattugiatene metà con una grattugia a fori piccoli e unitela al risotto 2 minuti prima di togliere dal fuoco. Tagliate l'altra metà a fettine e rosolatele in una tegame con un filo d'olio e un pizzico di sale.
● **4** Togliete il risotto dal fuoco, incorporatevi il burro e i capperi tritati. Servitelo con qualche fettina di mela rosolata, pepe e un pizzico di rosmarino tritato finemente.

MEDIA ● Preparazione 30 minuti ● Cottura 35 minuti ● 520 cal/porzione

Runner Hue Table Stories, piatto piano Serax, piatto fondo KnIndustrie. Nell'altra pagina, runner e tovagliolo Hue Table Stories. Indirizzi a pagina 6.



Salamella
Tipica del Nord Italia, sono pregiate le varietà di Mantova e di Caderzone (Trento). Si produce anche con carne equina.

Verzini
Lombardi, devono il nome all'abitudine di cucinarli con le verze. Immancabili nella tradizionale "cassoeula".

Luganiga al finocchietto
Variante tipica della Lucania (terra d'origine di questo insaccatto) e, in genere, dell'Italia centrale e meridionale.

Salsiccia di manzo
Può contenere una piccola parte di carne suina. Molto pregiate quelle di Bra (Cuneo) e della pianura bresciana.

Salsiccia punta di coltello
Originaria della Puglia, si chiama così perché la carne non è macinata, ma tagliata con il coltello.

Luganiga
Di forma lunga e stretta, è molto diffusa in Veneto e Lombardia, dove prende il nome di "Luganega".

L'inverno è la stagione del suino. Non c'è cultura contadina italiana che non abbia dedicato i mesi più freddi al più rinfrancante degli animali: il Re Maiale. E se, come vuole il modo di dire, della bestia più golosa "non si butta via niente", questo è dovuto anche a una delle sue più ghiotte incarnazioni: la salsiccia appunto.
In Italia, questo insaccato si prepara e si consuma da sempre. La prima fonte accreditata è l'autore romano Marco Terenzio Varrone che, nel I secolo avanti Cristo scrive: "chiamano Lucanica una carne tritata insaccata in un budello, perché i nostri soldati hanno appreso il modo di prepararla dai lucani".
Così semplice e allo stesso tempo così multiforme, la salsiccia la si può definire solo per il comune denominatore: carni magre e grasse trite e conservate in un budello (naturale o di collagene edibile) con un mix di sale e spezie chiamato "concia". Per antonomasia è di suino, ma nulla vieta che si prepari con bovino, equino e persino con un mix tra diverse bestie. La "concia", la dimensione, la forma variano da regione a regione. In Abruzzo ecco quella di fegato con il miele; nella "sasizza" calabrese spunta il sapore di finocchietto e peperoncino, mentre nelle "cervellatine" campane si aggiunge un po' di cervella; in Lucania nel "pezzentu" c'è un poco di polmone e a Monte San Biagio, in Lazio, si sente forte il gusto di coriandolo; in Puglia si taglia a "punta di coltello"; in Veneto è diffusa quella equina e in Toscana quella di cinghiale. Viaggiando, cambia persino nome - salciccia e sautizza, luganega e sasizza - ma è sempre lei, inconfondibile.
Multiforme nella composizione, la salsiccia è versatile in cucina, protagonista di infinti abbinamenti e ricette: accanto alle cipolline o alle uova, ai friarielli o alle patate, ai porri o alle mele, nel risotto abbracciata dal gorgonzola e dallo zafferano o immersa nel pomodoro del ragù, alla griglia, nei ripieni o semplicemente cruda. Se è una specialità che tutti amano da almeno duemila anni è proprio per questa sua grande adattabilità: la salsiccia è sempre stata contemporanea. E sempre lo sarà. *L.I.*



SALSICCIA DI MANZO ARROSTITA CON CAVOLINI E PATATE

PER 4 PERSONE
4 salsicce di manzo - 300 g di cavolini di Bruxelles - 300 g di patatine novelle - 1 testa d'aglio - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Private i cavolini della parte terminale del torsolo ed eliminate eventuali foglie esterne rovinate, poi sciacquateli e tagliateli a metà. Lavate con cura le patatine, strofinandole con uno spazzolino sotto il getto dell'acqua; tagliatele a metà o a spicchi. Punzecchiate le salsicce con uno stecchino praticando circa una decina di piccoli fori in ciascuna.
● **2** Tagliate la testa di aglio a metà in senso orizzontale; strofinate l'interno di una teglia e poi distribuitevi le salsicce, i cavolini e le patate appena preparati; irrorate con un filo d'olio, cospargete con un pizzico di sale e mettete nel forno a circa 200°.
● **3** Cuocete per 20 minuti minuti, girando il contenuto della teglia un paio di volte. Togliete dal forno, pepate a piacere e servite.

FACILE
● **Preparazione 15 minuti**
● **Cottura 20 minuti**
● **580 cal/porzione**

Runner Hue Table Stories, fondo Novacolor.
Nell'altra pagina, fondo Novacolor.
Indirizzi a pagina 6



TARTELLETTE DI POLENTA CON CREMA DI CARCIOFI E SALAMELLA

PER 4 PERSONE
200 g di farina per polenta taragna a cottura rapida - 3 carciofi - 1/2 limone - 2 spicchi di aglio - 1 rametto di rosmarino - 2 salamelle - 40 g di pistacchi sgusciati e pelati - 2 rametti di timo - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** In una pentola, scaldate 8 dl di acqua con un pizzico di sale e, poco prima che inizi a bollire, versatevi la farina a pioggia, mescolando con una frusta; cuocete per il tempo indicato sulla confezione, quindi versate la polenta in 8 stampini per tartellette di forme e misure diverse. Pigiando in ogni stampino con il fondo di un altro stampino della stessa misura, unto con un filo di olio, "scavate" la polenta, facendo fuoriuscire dai lati l'eccesso e rifilate i bordi con un coltellino.
● **2** Mondate i carciofi e lessatene 2 in acqua salata e acidulata con il succo del limone. Intanto, tagliate il terzo a spicchietti e rosolateli in padella con un filo d'olio, gli aghi di rosmarino e 1 spicchio di aglio schiacciato. Pelate le salamelle, tagliatele a fettine da 1 cm e appiattitele leggermente, unitele agli spicchietti di carciofi e fatele dorare per qualche minuto; eliminate aglio e rosmarino.
● **3** Scolate i carciofi lessati e frullateli con i pistacchi, un filo d'olio, 1 filetto dell'aglio rimasto, sale e pepe. Farcite le basi di polenta con la crema ottenuta, completate con la salsiccia e gli spicchietti di carciofo; trasferite le tartellette sulla placca, copritele con un foglio di alluminio e infornatele a 200° per 10 minuti. Toglietele dal forno, sformatele, completate con qualche fogliolina di timo e servite.

MEDIA ● Preparazione 40 minuti ● Cottura 25 minuti ● 510 cal/porzione



GNOCCHI DI PANE, PORRI E SALSICCIA PUNTA DI COLTELLO

PER 4 PERSONE
150 g di mollica di pane e rafferma - 1/2 dl di latte - 150 g di porro - 300 g di salsiccia punta di coltello - 2 cucchiai di parmigiano reggiano grattugiato - 2 uova - 1/2 mazzetto di prezzemolo - 1 l di brodo di carne - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Spezzettate la mollica, trasferitela in una ciotola, bagnatela con il latte e ammorbidire per qualche minuto. Tritate 3/4 del porro e fatelo appassire per qualche minuto in una padella con un filo d'olio e un pizzico di sale.
● **2** Incorporate al pane ammorbidito la salsiccia sbriciolata, il parmigiano, le uova sgusciate, il porro soffritto e il prezzemolo tritato (tranne qualche rametto). Mescolate e formate tanti gnocchi della dimensione di una grossa noce.
● **3** In una pentola, portate a bollore abbondante acqua salata e tuffatevi il resto del porro a rondelle; fate sobbollire per 2 minuti, quindi immergetevi gli gnocchi aiutandovi con un mestolo forato. Intanto, scaldate il brodo, distribuitelo nei piatti fondi e poi aggiungete gli gnocchi scolati man mano vengono a galla. Aggiungete qualche foglia del prezzemolo tenuto da parte tritata grossolanamente e servite.

FACILE ● **Preparazione 30 minuti** ● **Cottura 20 minuti** ● **450 cal/porzione**

Runner e tovagliolo Hue Table Stories, piatti Serax, cucchiaio Antichità San Marco. Nell'altra pagina, runner e tovagliolo Hue Table Stories, piatto Asa Selection. Indirizzi a pagina 6

UOVA ALL'OCCHIO DI BUE CON VERZINI AL VINO ROSSO E OLIVE

PER 4 PERSONE
12 verzini - 4 scalogni - 2,5 dl di vino rosso - 1 cucchiaino di amido di mais - 80 g di olive taggiasche denicciolate sott'olio - 4 uova - 1 rametto di rosmarino - 50 g di pinoli tostati - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Sbucciate gli scalogni, tagliateli a spicchi e rosolateli in un tegame con un filo d'olio. Unite i verzini, fateli rosolate per 4-5 minuti e bucherellateli con uno stecchino. Unite il vino e cuocete a fiamma media, rigirando le salsicce di tanto in tanto, fino a che il fondo di cottura risulterà ridotto della metà.
● **2** Unite l'amido di mais stemperato in poca acqua e fate addensare per qualche istante. Aggiungete le olive e lasciate sul fuoco per altri 3-4 minuti.
● **3** Sgusciate le uova in una padella con un filo d'olio caldo e cuocetele fino a che il bianco sarà rappreso e salate. Distribuite nei piatti le uova e le salsicce, pepate, completate con i pinoli tritati, qualche ciuffo di rosmarino e servite.

FACILE ● Preparazione 15 minuti ● Cottura 25 minuti ● 570 cal/porzione





ROSTICCIATA DI PANE, CIPOLLINE E LUGANIGA

PER 4 PERSONE
2 fette di pane di grano duro - 400 g di cipolline sbucciate - 2 rametti di rosmarino - 400 g di luganiga - 1/2 bicchiere di vino bianco secco - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Tagliate il pane a tocchetti, tostateli sotto il grill per circa 2 minuti, girando i pezzetti un paio di volte, poi toglieteli dal forno e teneteli da parte. Tagliate le cipolline a spicchietti e fatele appassire per circa 2-3 minuti in una padella con un filo d'olio e qualche ciuffetto di rosmarino.
● **2** Spellate la luganiga, riducetela a bocconcini della lunghezza di circa 2 cm e uniteli alle cipolline; salate leggermente, fate rosolare a fiamma vivace per circa 2 minuti, quindi sfumate con il vino bianco e lasciate che la parte alcolica evapori completamente.
● **3** Unite alla luganiga i tocchetti di pane tostati tenuti da parte e fateli insaporire per circa 4-5 minuti, mescolando delicatamente tutti gli ingredienti in modo che il pane assorba bene il condimento senza ammollarsi troppo. Profumate con una macinata di pepe, togliete dal fuoco e servite.

FACILE ● Preparazione 20 minuti ● Cottura 20 minuti ● 490 cal/porzione

Runner e tovagliolo Hue Table Stories, piatto e cucchiaio KnIndustrie, casseruola Serax. Indirizzi a pagina 6

BUONE LETTURE

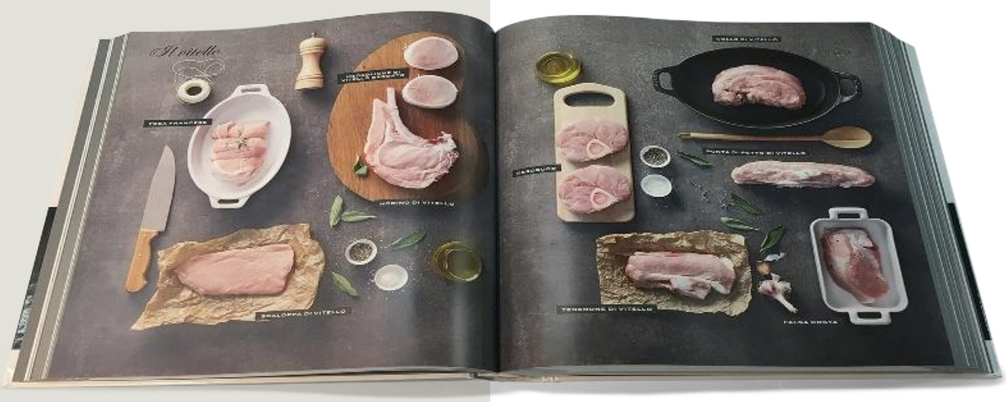
SCELTE CON PASSIONE PER ESSERE DIVORATE

di Francesca Tagliabue

IL LIBRO DEL MESE

Dall'istituto d'eccellenza dell'arte gastronomica del Maestro Paul Bocuse, guru della haute cuisine francese, arriva un elegante e completo volume di 720 pagine, suddiviso in 13 capitoli in cui sono descritte e illustrate oltre 250 ricette, specifici ingredienti e tecniche di taglio e di servizio, illustrato da più di 1.800 foto. Preziosi i consigli, gli step, gli abbinamenti tra cibo e vini e i criteri tutti francesi de L'Arte della tavola. Da non perdere le oltre 60 ricette di alta cucina d'Oltralpe degli Chef dell'Institut Paul Bocuse, anch'esse parte del volume che festeggia i 25 anni dell'Istituto.

INSTITUT PAUL BOCUSE
La scuola dell'eccellenza culinaria, Italian Gourmet Edizioni, a 99 €



"La cucina francese si riflette nelle cucine del mondo... chef e maestri d'Arte della tavola hanno voluto trasmettere la loro esperienza, così che tutti possano realizzare la cucina dei loro sogni"

Paul Bocuse



CAPITALI DELLA GASTRONOMIA

"Milano del Gambero Rosso 2018", e "Roma del Gambero Rosso 2018", entrambe a 10 €

Imperdibili le guide Gambero Rosso Milano e Roma 2018: la prima segnala 1.454 indirizzi nel capoluogo lombardo e regione, con 192 novità e le ultime mode e tendenze. Dedicata invece al mangiare capitolino la seconda, con 1.600 indirizzi, il ritorno delle osterie, l'espansione degli etnici, le terrazze. I simboli delle forchette indicano i migliori ristoranti, i gamberi le trattorie, i mappamondi i locali di cucina etnica.

C'È SOLO L'IMBARAZZO DELLA SCELTA

"Ristoranti da scoprire", M.Bolasco, Giunti Ed., a 18 €
"Ristoranti d'Italia 2018", Gambero Rosso Ed., a 22 €
"Il golosario 2018", Comunica Ed., a 25 €

Il primo volume è pensato per chi è in cerca del "ristorantino giusto" o vuole sempre provare le novità in fatto di cucina, guidato da un famoso critico dell'Italia della buona tavola; il secondo offre 2.625 indirizzi per mangiare e bere, con ben 250 novità e premi speciali per cucina e sala. Infine, per i gastroturisti la guida "alle cose buone d'Italia" 2018 firmata da Paolo Massobrio, che raccoglie l'eccellenza della produzione artigianale alimentare italiana in 10.000 segnalazioni, divise regione per regione, con note su negozi e boutique del gusto.



ALZIAMO I CALICI

"Vini d'Italia 2018", Gambero Rosso Ediz. a 30 € e "Slow Wine 2018", Slow Food Ed., a 24 €

Una selezione di oltre 20.000 "Vini d'Italia", suddivisi secondo il classico sistema che conferisce da Uno a Tre Bicchieri, con le nuove annate che andranno in commercio, l'archivio con i migliori assaggi nelle precedenti edizioni, i Tre Bicchieri sotto i 15 euro e quelli Verdi, certificati bio. Nel secondo volume, 200 recensori stilano una lista essenziale dei 100 locali italiani (enoteche, winebar, ristoranti e osterie) dove acquistare e bere il miglior vino, citando cantine e vini meritevoli.





PER LE USCITE INFORMALI

"Pizzerie d'Italia" "Bar d'Italia 2018", Gambero Rosso Ed., a 8,50 e 10 €

Al piatto o al taglio, le migliori pizzerie selezionate con cura, dai maestri della tradizione napoletana fino ai pizzaioli gourmet di nuova generazione; il primo volume è un manuale irrinunciabile per gli amanti del piatto più italiano che ci sia. Il secondo libro dà i voti al più tipico locale del Belpaese, con 1.300 indirizzi e segnalazioni top delle migliori colazioni e dei migliori cocktail bar.

Grissini



STORIA E MIRACOLI DEI CROCCANTI FILONCINI TORINESI, FIORE ALL'OCCHIELLO DEL MADE IN ITALY. INSOSTITUIBILI IN TAVOLA, PREZIOSI IN CUCINA

di Cristiana Cassé, in cucina Claudia Compagni, foto di Felice Scoccimarro, styling di Stefania Aledi

Piano Oxide Series di Laminam, tagliere WD Lifestyle. Nella pagina a fianco, placca di ferro Paderno, tovagliette Society Limonta. Indirizzi a pagina 6



Frittata ortolana al forno
pag. 72

Gustosi spezzafame, immancabili nei buffet, alleati nelle attese al ristorante. I grissini sono una parte integrante della nostra tavola, come l'acqua e il vino. Non a caso sono nati proprio in Italia. Per la precisione, a Torino alla fine del Seicento, alla corte dei Savoia: il futuro re Vittorio Amedeo II, allora bimbetto, non poteva mangiare pane perché non riusciva a digerirne la mollica; il medico reale chiese quindi al fornaio di corte di creare qualcosa di più asciutto per il piccolo principe, e fu così che, per prove ed errori, Antonio Brunero creò i grissini. Risolvendo brillantemente il problema e facendo la fortuna di tutti noi, dato che digeribili lo sono davvero e per di più buonissimi. Alla corte sabauda venivano impiegate 4 persone per realizzarli : lo stiror (che stirava l'impasto), il tajor (che lo tagliava), il coureur (che metteva i grissini in forno) e il gavor (che li sfornava).

> segue a pag. 73


Tartufini di zola in insalata

FRITTATA ORTOLANA AL FORNO

PER 8 PERSONE
500 g di bietoline colorate - 500 gli erbette - 1 cipolla rossa - 8 uova - 300 g di ricotta di pecora - 80 g di grissini - 400 g di passata di pomodoro - 1 spicchio d'aglio - 1/2 limone - 1 peperoncino - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Pulite le bietoline, separate le foglie e le coste, lavate entrambe e riducete le coste a striscioline. Mondate le erbette, eliminate i gambi, lavate le foglie e riducetele a striscioline. Sbucciate la cipolla, affettatela finemente e fatela stufare in una padella con 4 cucchiai di olio. Unite le coste colorate e il succo del limone, salate e cuocete per 5 minuti. Aggiungete le foglie delle bietoline e delle erbette, salate ancora e proseguite la cottura a fiamma viva per 5 minuti finché l'acqua di vegetazione sarà evaporata. Lasciate raffreddare.
● **2** Sbucciate l'aglio, schiacciatelo e rosolatelo in una padella con 3 cucchiai di olio. Unite la passata di pomodoro, il peperoncino e una presa di sale e cuocete coperto per 10 minuti. Eliminate aglio e peperoncino.
● **3** Sbattete le uova con una presa di sale e poi mescolatele con le verdure e la ricotta. Disponete uno strato di grissini in una teglia di 22x26 cm rivestita con carta da forno. Aggiungete il composto preparato e allineatevi sopra i grissini rimasti. Cuocete in forno caldo a 180° per 30 minuti. Servite caldo con la salsa di pomodoro a parte.

FACILE
● **Preparazione 20 minuti**
● **Cottura 1 ora** ● **330 cal/porzione**

TARTUFINI DI ZOLA IN INSALATA

PER 4 PERSONE
150 g di gorgonzola - 1 cespo di radicchio tardivo - 1 finocchio - 2 arance - 4 datteri disidratati - 30 g di uvetta - 30 g di pistacchi sgusciati - 50 g di grissini - 1 cucchiaino di miele di acacia - 1 scalogno - 2 cucchiai di vino bianco - olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Mettete a bagno l'uvetta in acqua tiepida. Sbucciate lo scalogno, tritatelo e fatelo stufare con 2 cucchiai di olio e il vino bianco finché sarà morbido. Denocciolate i datteri e tagliateli a dadini. Scolate l'uvetta e asciugatela. Tritate grossolanamente i pistacchi. Riducete i grissini in briciole non troppo fini.
● **2** Lavorate il gorgonzola con lo scalogno, i pistacchi e l'uvetta. Poi unite i datteri e una macinata di pepe. Formate delle palline e passatele nella panure di grissini.
● **3** Lavate il radicchio e il finocchio, spezzettate il primo e tagliate il secondo a fette sottilissime. Pelate un'arancia al vivo, tagliatela a fettine e distribuitela in 4 ciotole insieme alle verdure. Spremete l'arancia rimasta, versate il succo in un pentolino con il miele, 4 cucchiai di olio e una presa di sale, portate a ebollizione e fate ridurre di un terzo. Versate il condimento sulle insalate e unite i tartufini di zola.

FACILISSIMA
● **Preparazione 25 minuti**
● **Cottura 5 minuti** ● **340 cal/porzione**

SFORMATO DI PATATE E CARCIOFI

PER 6 PERSONE
1 kg di patate - 8 carciofi - 2 uova - 80 g di parmigiano reggiano grattugiato - 50 g di lardo di Arnad - 130 g di grissini - 1 limone - 1 spicchio d'aglio - 2 rametti di maggiorana - 60 g di burro - noce moscata - pepe nero - sale

● **1** Lavate le patate, mettetele in una pentola con abbondante acqua fredda e lessatele per circa 30 minuti dall'ebollizione. Scolatele, pelatele, schiacciatele con uno schiacciapatate e mescolatele con 30 g di burro, 50 g di parmigiano, sale, pepe e noce moscata.
● **2** Pulite i carciofi privandoli di gambi, foglie esterne più dure e fieno interno. Tagliate ognuno in 6 spicchi e immergeteli via via in acqua acidulata con il succo del limone. Sbucciate l'aglio, rosolatelo in una padella con il lardo tritato e poi eliminatelo. Aggiungete i carciofi sgocciolati e 2 dl di acqua calda, salate e cuocete semicoperto finché il liquido sarà evaporato (10 minuti circa). Spegnete il fuoco e unite la maggiorana tritata.
● **3** Mescolate il purè di patate con le uova. Sbriciolate grossolanamente metà dei grissini, imburrate uno stampo a cerniera e cospargetelo con 2 terzi dei grissini sbriciolati. Aggiungete metà del composto di patate, metà del parmigiano rimasto e metà dei carciofi. Coprite con i grissini che avete tenuto interi, tagliati in misura, e quindi con i carciofi, il parmigiano e il purè rimasti. Spolverizzate con i grissini sbriciolati restanti e il burro rimasto a fiocchetti. Cuocete in forno caldo a 180° per 45 minuti. Lasciate riposare 10 minuti prima di sformare la preparazione.

MEDIA
● **Preparazione 30 minuti**
● **Cottura 1 ora e 1/2** ● **430 cal/porzione**

Coltello Mepra, piatto design Sonia Girotto da l'Officina della Ceramica, tovagliolo La Fabbrica del Lino. Nella pagina a fianco, tovaglioli Society Limonta, forchetta Mepra, piatto Broste Copenhagen, ciotola design Sonia Girotto da l'Officina della Ceramica. Indirizzi a pagina 6

Sformato di patate e carciofi



> segue da pag. 71

Oggi la lavorazione, industriale o artigianale, è resa agile da forni e strumenti più efficienti, ma la pasta è sempre la stessa, quella del pane: farina 00, acqua, lievito e sale. In molte versioni c'è anche olio o strutto, ma se si vuole restare fedeli alla storia (e alla dieta del principino savoiardo) bisogna scegliere quelli "all'acqua". Il ghërsin (in dialetto torinese), deve il nome alla ghërsa, il tradizionale pane piemontese di forma allungata, e può essere di due tipi: il robatà (rotolato), il più antico e di forma cilindrica, e lo stirato, più friabile e di invenzione più recente, ottenuto tirando le due estremità del filoncino fino ad appiattirlo. Entrambe le tipologie sono nella lista dei Pat (Prodotti agroalimentari tradizionali italiani) e anche all'estero sono tra i simboli più amati (e imitati) della cucina italiana. Con l'avvento della produzione meccanizzata (XVIII secolo), il diffondersi di cibi esotici e il cambiare dei gusti, i grissini sono diventati un mondo variegatissimo, in cui concorrono farine diverse (di kamut, riso, ceci, quinoa), semi vari, spezie assortire (dalla paprika al curry fino alla curcuma) e ingredienti sminuzzati (come olive, noci e formaggio). Senza dimenticare le versioni dolci con cioccolato, codette, caramello. Buoni fine a se stessi o per accompagnare uno spuntino, i grissini hanno insospettabilmente mille impieghi in cucina. Ridotti in grosse briciole regalano una marcia in più ai ripieni e agli impasti per sformati e polpette, mentre spezzettati sono dei crostini subito pronti da mettere nella zuppa o per creare un piacevole "effetto panzanella" nelle insalate. Sono ottimi per la base delle cheesecake salate (al posto dei biscotti) e preziosi nelle torte salate con la sfoglia: sparsi sul fondo in grosse biciole, eviteranno che il ripieno bagni la pasta. E per finire, adeguatamente tritati, rendono più gustosi e croccanti i gratin, le panure e i crumble.

Pesci eccellenti

RICCIOLA, DENTICE, SAN PIETRO E CERNIA: PESCI DIVERSI, MA ACCUMUNATI DAL FATTO CHE HANNO CARNI MOLTO PREGIATE E SONO NON DI ALLEVAMENTO. IDEALI PER PIATTI SPECIALI

di Mauro Cominelli, in cucina Livia Sala, foto di Maurizio Lodi, styling di Laura Cereda







LA RICCIOLA

● **1** Lunga e affusolata, è caratterizzata dalla colorazione argentea (che la colloca fra i pesci azzurri) con una linea longitudinale sui fianchi di colore oro e una macchia bruna obliqua che attraversa gli occhi. Ha carne bianca, compatta e delicata. Se di grandi dimensioni, è ottima preparata a tranci; mentre se non supera il 1,5 kg, è meglio cuocerla intera al forno.

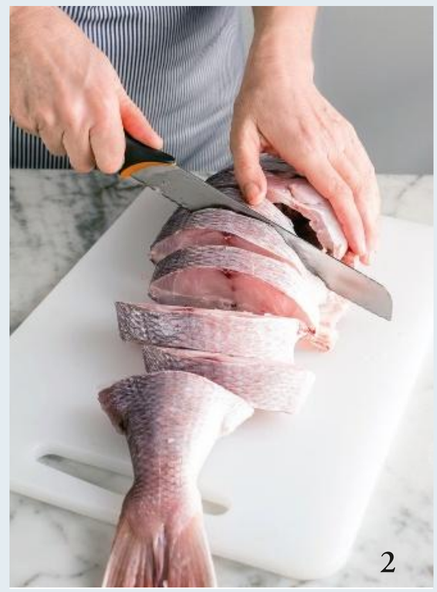
● **2** Prima di cucinarla, praticate 3-4 tagli paralleli sui fianchi, fino ad arrivare alla lisca centrale, in modo che la cottura risulti più uniforme. È ottima anche cruda a fettine sottili o a tartare.

IL DENTICE

● **1** Presenta 4-6 denti aguzzi su entrambe le mascelle (da qui il nome) e ha pelle grigio azzurra, con macchie scure sui fianchi; gli esemplari più giovani presentano sfumature rosa chiaro. Può raggiungere il metro di lunghezza e i 12 Kg di peso, ma comunemente di trova in commercio intorno ai 30 cm. Ha carni leggermente rosate, magre e saporite.

● **2** Può essere cucinato al forno, meglio se al cartoccio o in crosta, oppure a tranci. Per ottenerli, squamatelo e posizionatelo sul tagliere; partendo dalla coda tagliatelo a fette di circa 2 cm con un coltello pesante o seghettato.





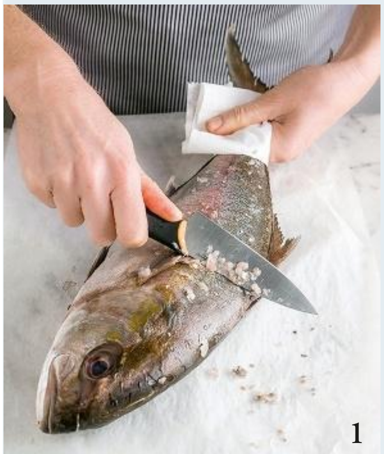




IL SAN PIETRO

● **1** Dalla forma appiattita e dalla pinna dorsale acuminata, è subito riconoscibile dalle due macchie nere al centro dei fianchi. Secondo la leggenda, da cui il nome, il primo degli apostoli catturò questo pesce con le mani, imprimendogli le impronte delle dita. Le sue carni sono deliziose e magrissime.

● **2** Ottimo all'acqua pazza o al forno, dà il meglio a filetti. Per ottenerli, incidetelo in profondità dalla testa alla coda); poi praticate un'incisione a C attorno alla testa. Alzate i filetti superiori e staccateli dalla lisca. Procedete anche sull'altro lato in modo da ottenere 4 filetti.





RICCIOLA ARROSTO AGLI SCALOGNI

● **1** Squamate 1 ricciola di 1,2 kg con la parte non tagliente di un coltello; sciacquatela e praticate 3-4 tagli paralleli sui fianchi. Inserite nella pancia 2-3 scalogni spellati e tagliati a spicchi e 2-3 rametti di maggiorana; salate e pepate il pesce dentro e fiori.
● **2** Lavate 2 arance non trattate e tagliatele a fette di 1/2 cm. Disponete la ricciola sulla placca foderata con carta da forno bagnata, strizzata e unta con olio; spennellate la superficie con altro olio, copritela con le fette di arancia e disponete intorno altri 3-4 scalogni. Cuocete in forno già caldo a 180° per circa 40 minuti.

FILETTI DI SAN PIETRO CON SPINACINI

● **1** Scaldate 2 spicchi d'aglio in camicia in una grande antiadernete con un filo d'olio, unite 800 g di spinacini sciacquati, chiudete e cuocete per 2-3 minuti. Togliete il coperchio, salate, pepate e proseguite la cottura per2 minuti; eliminate l'aglio e tenete in caldo.
● **2** Scaldate una grande padella antiaderente con un filo d'olio a fuoco, adagiate 4 filetti di San Pietro di 200 g ciascuno dalla parte della pelle, irrorate con poco vino rosé, chiudete con il coperchio e cuocete per 4 minuti; Girate i filetti e cuocete per altri 2 minuti. Salate e pepate il pesce e servitelo con gli spinacini.









TRANCI DI DENTICE IN PADELLA

● **1** Sciacquate 4 tranci di dentice di 200 g ciascuno e asciugateli con carta da cucina. Immergete 80 g di pomodori secchi in 1 dl di vino bianco caldo per 5 minuti, sgocciolateli e tenete da parte il vino.
● **2** Scaldate 2-3 cucchiai d'olio in una grande padella antiaderente a fuoco medio; disponete i tranci di cernia e rosolateli per 1-2 minuti per lato, sfumate con il vino tenuto da parte, unite i pomodori secchi e proseguite la cottura per 7-8 minuti, girando i tranci un paio di volte; regolate di sale e pepate. Distribuite i tranci nei piatti con il fondo di cottura e completate con 50 g di pinoli tostati e prezzemolo tritato.

LE DOSI SONO PER 4 PERSONE

LA CERNIA

PESCE SOLITARIO. Vive isolata fra gli anfratti dei fondali rocciosi, a profondità tra i 10 e i 500 m, e può superare 1 m di lunghezza e 50 kg di peso. Per questo motivo è un pesce piuttosto raro e ricercato per la straordinaria bontà delle sue carni.
ACQUISTO SICURO. Se intera, la cernia nostrana, è facilmente riconoscibile per la colorazione verde oliva, bruna e rosso-bruna per la bocca di grandi dimensioni e per il corpo massiccio. Fate attenzione se la acquistate a filetti, perché c'è il rischio che vi vengano venduti esemplari asiatici o africani.
IN CUCINA. Se di grandi dimensioni è necessario prepararla a tranci; se piccola è ottima intera in forno, lessata, al cartoccio o in umido; a filetti necessita di cotture brevi.



NEL PROSSIMO NUMERO: ORATA, PAGELLO E BRANZINO

Nelle foto delle ricette, piatti Virginia Casa e tessuto Busatti; nei passaggi, padelle TVS e coltelli Fiskars. Indirizzi a pagina 6





Tiramisù

IL PIÙ CLASSICO DEI DESSERT SI REINVENTA IN FORME E CONSISTENZE NUOVE, PER DIVENTARE UN GOLOSO SEMIFREDDO, UNA MORBIDA CROSTATA O UNA MOUSSE IRRESISTIBILE

a cura di Silvia Tatozzi, ricette di Livia Sala, foto di Michele Tabozzi, styling Studio Salaris

MOUSSE CON CIALDINE ALLE NOCCIOLE

PER 4 PERSONE
per la mousse: 200 g di mascarpone - 2 cucchiai di zucchero a velo - 250 ml di panna fresca - 4 cucchiaini di caffè solubile - 3 cucchiai di cacao
per le cialde: 40 g di nocciole - 50 g di zucchero di canna fine - 1 albume - 15 g di farina 00 - 1 cucchiaino di cacao - 15 g di burro

● **1** Preparate le cialde. Tritate finemente le nocciole con metà dello zucchero di canna. Unite il burro sciolto a bagnomaria, poi la farina e il cacao. Montate l'albume e, continuando a montare con le fruste, incorporate lo zucchero di canna rimasto e infine amalgamatelo al composto di nocciole.
● **2** Distribuite il composto a cucchiaiate su una placca foderata con un foglio di carta da forno formando tanti piccoli mucchietti ben distanziati (ne otterrete una dozzina) e cuocete nel forno preriscaldato a 180° per 8-10 minuti. Sfornate le cialdine, lasciatele intiepidire un po' e poi trasferitele su una gratella per farle raffreddare completamente.
● **3** Fate la mousse. Sciogliete il caffè solubile in 2 cucchiai di acqua calda e fate raffreddare. Montate la panna con il mascarpone e lo zucchero a velo. Amalgamate al composto il caffè, quindi distribuitelo in 4 bicchierini, spolverizzando di tanto in tanto con un po' di cacao fatto scendere da un colino. Servite le mousse accompagnandole con le cialdine alle nocciole.

FACILE
● **Preparazione 30 minuti** ● **Cottura 10 minuti** ● **580 cal/porzione**



Nella pagina a sinistra, ciotola Rina Menardi, cucchiaino Antichità San Marco. Indirizzi a pagina 6









TIRAMISÙ

PER 6 PERSONE
per i savoiardi: 2 albumi - 90 g di zucchero fine - 3 tuorli - 15 g di miele - 35 g di fecola di patate - 80 g di farina - 40 g di zucchero a velo
per la crema: 4 tuorli - 155 g di zucchero fine - 250 g di mascarpone - 250 ml di panna fresca - 6 tazzine di caffè - 2 cucchiai di cacao in polvere

● **1** Preparate i savoiardi. Montate con le fruste gli albumi incorporando lo zucchero un po' alla volta. ● **2** Amalgamate il miele ai tuorli, mescolando un po' finché si scioglierà completamente. Incorporate delicatamente il composto di tuorli agli albumi montati. ● **3** Amalgamate al composto anche la farina e la fecola setacciate, mescolando con una spatola con movimenti dal basso verso l'alto. ● **4** Trasferite il composto in una tasca con bocchetta liscia da 12 mm e distribuitelo in uno stampo per savoiardi in silicone (o in tanti segmenti di circa 8 cm su una placca foderata con un foglio di carta da forno). Spolverizzate i biscotti con lo zucchero a velo e cuoceteli nel forno preriscaldato a 220° per 7-8 minuti. ● **5** Sfornate i savoiardi, estraeteli delicatamente dallo stampo e fateli raffreddare. ● **6** Preparate la crema. Fate uno sciroppo mescolando lo zucchero fine con 40 ml di acqua e fatelo sobbollire per 1 minuto (fino a che avrà raggiunto i 120°), quindi versatelo a filo sui tuorli mentre li lavorate con le fruste (questo processo di pastorizzazione dei tuorli d'uovo permette di aumentare il tempo di conservazione del dolce fino a 3-4 giorni). Continuate a montare fino a che il composto si sarà raffreddato completamente. Infine incorporate delicatamente al composto il mascarpone e la panna. ● **7** Versate metà del caffè in un piatto fondo e inzuppatevi i savoiardi, trasferendoli man mano sul fondo di una pirofila da circa 15x20 cm. ● **8** Fate un primo strato di crema, coprite con un secondo strato di biscotti inzuppati nel caffè rimasto e completate con la crema, distribuendola a ciuffetti con una tasca da pasticciere con bocchetta liscia. Spolverizzate con il cacao e fate riposare il tiramisù in frigo almeno per un paio di ore.

MEDIA ● **Preparazione 1 ora e 15 minuti** ● **Cottura 15 minuti** ● **630 cal/porzione**









Runner e tovagliolo Hue Table Stories, cucchiaio KN Industrie. A sinistra, grembiule Hue Table Stories, vasetto in vetro Bormioli Rocco. Indirizzi a pagina 6





TIRAMISÙ AL MOSCATO E FRAGOLE

PER 6 PERSONE
per la pasta biscuit: 3 uova - 80 g di farina - 80 g di zucchero
per la crema: 3 uova - 50 g di zucchero a velo - 150 g di mascarpone - 150 g di yogurt greco
per decorare: 400 g di fragole - 1 fialetta di aroma di vaniglia - 1 bicchiere di Moscato

● **1** Fate la pasta biscuit. Sgusciate le uova separando i tuorli dagli albumi e montate questi ultimi, unendo, poco alla volta, 40 g di zucchero. Montate con le fruste anche i tuorli con lo zucchero rimasto: quando il composto sarà chiaro e spumoso amalgamate la farina setacciata. Infine incorporate al composto di tuorli gli albumi.
● **2** Versate il composto in una teglia da 22x26 cm foderata con un foglio di carta da forno e infornate a 170° per 12-15 minuti. Sfornate e lasciate raffreddare. Sciacquate delicatamente le fragole, tagliatele a dadini molto piccoli e profumateli con la vaniglia.
● **3** Preparate la crema. Sgusciate le uova separando i tuorli dagli albumi: montate i primi con lo zucchero a velo, poi incorporate il mascarpone e lo yogurt. Infine montate a neve gli albumi e uniteli al composto con movimenti delicati dal basso verso l'alto.
● **4** Tagliate la pasta biscuit a pezzetti, inzuppateli qualche istante nel Moscato e sistemateli man mano sul fondo di una grossa coppa. Coprite con uno strato di fragole, poi uno di crema, quindi ripetete gli strati, terminando con la crema. Fate riposare in frigo per almeno 1 ora prima di servire.

MEDIA
● **Preparazione 50 minuti** ● **Cottura 15 minuti** ● **340 cal/porzione**

Tovagliolo Hue Table Stories, coppa CoinCasa, cucchiaio decorato Antichità San Marco, cucchiaio KN Industrie, fondo Novacolor. A destra, alzatina Asa Selection, piatti Vintage, fondo Novacolor.
Indirizzi a pagina 6



SEMIFREDDO ALLE TRE CREME

PER 8 PERSONE
per il semifreddo: 3 tuorli - 3 albumi - 170 g di zucchero fine - 150 ml di panna fresca - 1 cucchiaino di caffè solubile - 2 cucchiaini di cacao
per la copertura: 2 dischi di pan di Spagna - 4 tazzine di caffè ristretto

● **1** Preparate il semifreddo. Sciogliete 70 g di zucchero con 1 cucchiaio di acqua in un pentolino: fate sobbollire lo sciroppo per 1 minuto e spegnete (dovrà raggiungere una temperatura compresa tra i 110° e i 120°). Nel frattempo montate gli albumi, e, quando saranno sodi e spumosi, versatevi a filo lo sciroppo, continuando a montare fino a che la meringa sarà fredda.
● **2** Preparate altro sciroppo con lo zucchero rimasto e 2 cucchiai di acqua. Quando inizia a sobbollire versatelo sui 3 tuorli già leggermente sbattuti e continuate a montare, fino a che il composto si sarà raffreddato completamente.
● **3** Incorporate la meringa al composto di tuorli e poi anche la panna. Dividete la crema in tre parti: incorporate in una il caffè solubile sciolto in pochissima acqua calda e fatto raffreddare, in un'altra il cacao stemperato in pochissima acqua calda e lasciato raffreddare; lasciate la crema avanzata al naturale.
● **4** Foderate con pellicola uno stampo da bomba da 1,2 l (o uno stampo da plum cake). Tagliate il pan di Spagna a pezzi e sistemateli in modo da ricoprire il fondo e le pareti dello stampo. Spennellate con i caffè ristretti e versate la crema al cioccolato, poi quella al caffè e infine quella al naturale. Coprite con un disco di pan di Spagna spennellato con un po' di caffè. Sigillate con pellicola e tenete in freezer una notte prima di servire.

MEDIA
● **Preparazione 1 ora + riposo** ● **Cottura 10 minuti** ● **270 cal/porzione**



CROSTATA CON GANACHE AL CAFFÈ E CREMA ALLA RICOTTA

PER 16 PERSONE
per la frolla: 190 g di farina di farro integrale - 40 g di farina di grano saraceno - 150 g di burro - 120 g di zucchero di canna fine - 3 tuorli - sale
per la ganache: 225 g di cioccolato fondente - 190 ml di panna fresca - 1/2 cucchiaio di caffè solubile
per la crema: 2 tuorli - 1 albume - 200 g di ricotta vaccina - 40 g di zucchero - 100 g di panna fresca - cacao per decorare

● **1** Passate al mixer i due tipi di farina con il burro a pezzetti, lo zucchero di canna, i tuorli leggermente sbattuti con un pizzico di sale e 2 cucchiai di acqua fredda. Frullate fino a ottenere una palla, avvolgetela con pellicola e fate riposare in frigo per 1 ora.
● **2** Stendete la pasta a uno spessore di 4-5 mm e foderate uno stampo rotondo da 22 cm diametro rivestito con carta da forno. Bucherellate il fondo con una forchetta, coprite con un foglio di carta da forno e riempite con una manciata di fagioli secchi. Infornate a 180° per circa 15 minuti, poi eliminate la carta da forno e i fagioli e cuocete per altri 10-12 minuti.
● **3** Per la ganache fate intiepidire la panna e sciogliletevi il caffè solubile. Unite il cioccolato a pezzetti e scioglietelo a bagnomaria. Fate raffreddare la ganache, distribuitela sul guscio di frolla e trasferite in frigo a rassodare per almeno 30 minuti.
● **4** Per la crema: lavorate i tuorli con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro. Incorporate la ricotta setacciata, l'albume montato a neve e infine la panna, montata. Stendete la crema alla ricotta sulla ganache livellandola con una spatola e decorate a piacere con il cacao.

MEDIA
● **Preparazione 1 ora** ● **Cottura 30 minuti** ● **350 cal/porzione**







TIRAMISÙ AL PISTACCHIO

PER 6 PERSONE
160 g di torta paradiso - 2 uova - 2 cucchiai di zucchero a velo - 200 g di mascarpone - 150 g di crema di pistacchi - 30 g di pistacchi sgusciati - 100 ml di Marsala - 1 cucchiaio di sciroppo di agave

● **1** Separate i tuorli dagli albumi e montate questi ultimi a neve ferma. Montate anche i tuorli con lo zucchero a velo, fino a ottenere un composto chiaro e spumoso. Incorporate ai tuorli il mascarpone, quindi unite anche gli albumi montati, mescolando con movimenti dal basso verso l'alto per non smontarli.Dividete la crema in due parti: una lasciatela al naturale e nell'altra amalgamate la crema di pistacchi.
● **2** Diluite il Marsala in 50 ml di acqua e lo sciroppo di agave; tagliate a dadini la torta paradiso e distribuitene metà in 6 bicchieri. Bagnate con un po' di Marsala, poi distribuite uno strato di crema e uno di crema al pistacchio. Proseguite con la torta e le creme rimaste. Trasferite il dolce in frigo per 1 ora. Prima di servire decorate ogni bicchiere con i pistacchi tritati.

FACILE
● **Preparazione 30 minuti** ● **370 cal/porzione**

Runner Hue Table Stories, bicchieri KN Industrie, fondo Novacolor. Nella pagina a sinistra, piatto torta Asa Selection, bicchieri RCR, coltello Antichità San Marco. Indirizzi a pagina 6



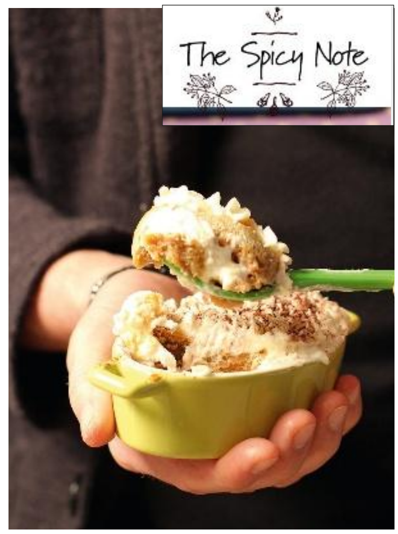
COOKING SARA

«Se siete dei puristi del vero tiramisù sappiate che questa non è la ricetta originale» Sara avverte subito i follower che la sua è una rielaborazione. Non le piacciono i dessert troppo dolci, preferisce alleggerire le preparazione sostituendo il mascarpone con la ricotta. E non usa le uova. Eppure il tiramisù che troviamo sul suo **cookingsara.blogspot.it** pare davvero goloso!

BEATITUDINI IN CUCINA

Del suo tiramisù alla rosa e tè nero quel che le piace di più è il profumo delicato, che porta con il pensiero in un giardino di maggio, anche in pieno inverno. Così Beatrice racconta il dessert che ha postato sul suo **beatitudiniculinarie.it**. Per prepararlo utilizza i petali di rosa essiccati, che si trovano in erboristeria, L'aroma del tè nero lo rende perfetto in abbinamento con la bevanda calda delle 5.





THE SPICY NOTE

Al posto del caffè Lidia usa l'orzo, perché il suo tiramisù vuole essere a prova di bambino. Non solo; non mette le uova crude e per la crema fa un mix di mascarpone e latte condensato. Insomma i golosi non resteranno delusi dalla ricetta proposta su **thespicynote.it**, purché abbiano la curiosità di scostarsi dalla versione classica.

Clickamisù

SUL WEB E SUI SOCIAL IL DOLCE TRADIZIONALE È AMATISSIMO E DIVENTA ANCHE LO SPUNTO PER CREATIVE VARIANTI, UNA PIÙ GOLOSA DELL'ALTRA

di Barbara Roncarolo

SU INSTAGRAM

È un dessert che piace sempre: sì, il **#tiramisù** è uno dei dessert cucinati e soprattutto più fotografati su Instagram. **@incucinacon mammaagnese** lo serve nei barattolini di vetro, in variante pret à porter, **@mila_shtarbanova** ne fotografa un'impeccabile versione classica, **@ipasticcidiale** aggiunge alla preparazione granella di pistacchi e crema al gianduia, mentre **@min__pero** dal Giappone fotografa un delizioso tiramisù verticale.



Tropezienne alle pere

SPETTACOLARE RIVISITAZIONE DEL RINOMATO DOLCE FRANCESE, È FARCITA CON SPUMA DI CIOCCOLATO BIANCO E FRUTTI MARINATI NEL VINO

ospite nella nostra cucina Chiara Patrachini, a cura di Cristiana Cassé, foto di Michele Tabozzi




1


2


3



PER 2 TORTE DA 5 PERSONE CIASCUNA
per la pasta brioche: 180 g di farina Manitoba - 150 g di farina 00 - 190 ml di latte + quello per spennellare - 40 g di zucchero - 1 uovo - 60 g di burro congelato a cubetti - 4 g di lievito di birra - 4 g di sale - 40 g di granella di zucchero per decorare - olio
per la ganache di cioccolato bianco: 750 ml di panna - 65 g di miele - 125 g di cioccolato bianco - 8 g di gelatina in fogli
per le pere al vino: 4 pere - 300 g di zucchero semolato - 1 litro di vino rosso - 1 stecca di cannella - 2 chiodi di garofano - la scorza di 1/2 arancia
per il crumble salato: 25 g di farina - 6 g di fecola - 20 g di farina di mandorle - 30 g di zucchero di canna - 30 g di burro congelato a cubetti - 2 g di sale

● **1** Preparate la ganache. Ammorbidite la gelatina in acqua. Portate a bollore 300 ml di panna con il miele. Fuori dal fuoco incorporate la gelatina strizzata, poi il cioccolato spezzettato e quindi la panna rimasta a filo frullando il tutto con un frullatore a immersione. Mettette in frigo per 12 ore.
● **2** Preparate le pere. Mescolate il vino con lo zucchero, le spezie e la scorza di arancia. Sbucciate le pere e fatele marinare nel vino per 12 ore.
● **3** Preparate la pasta. Stemperate il lievito in 40 ml di latte a 38° e impastatelo con 50 g di farina 00. Lasciare lievitare il composto per 1 ora coperto con pellicola in luogo tiepido (25-30°). Mescolate la farina 00 rimasta con la Manitoba, setacciatele, miscelatele con lo zucchero e il sale e disponete il tutto a fontana. Ungete le mani, mettete al centro della fontana l'impasto preparato e incorporatelo unendo via via anche l'uovo e il latte rimasto. Una volta ottenuto un composto omogeneo, unite poco per volta il burro continuando a lavorare la pasta finché sarà setosa. Copritela con un canovaccio e lasciatela lievitare fino al raddoppio del volume (circa 2 ore). Ungete le mani con un po' d'olio, dividete la pasta in due parti uguali, ricavatene due dischi di 20 cm di diametro e disponete ognuno su una teglia foderata con carta da forno. Lasciate lievitare per 1 ora, poi spennellate le torte con poco latte, ricopritele con la granella di zucchero e cuocetele in forno già caldo a 180° per 15-20 minuti. Lasciatele raffreddare su una gratella.
● **4** Preparate il crumble. Mettete nel frullatore i cubetti di burro congelati con tutti gli altri ingredienti e frullate fino a ottenere un composto sabbioso. Distribuitelo su una teglia foderata con carta da forno e cuocetelo in forno a 150° per 30 minuti rigirandolo a metà cottura.
● **5** Togliete le pere dalla marinata e tagliatele a spicchi. Fate addensare il vino sul fuoco per 10 minuti. Tagliate le torte a metà nel senso della larghezza e spennellatele con il vino.
● **6** Mettete la ganache in una sac à poche con bocchetta liscia e coprite le torte con tanti spumoncini. Unite le pere a raggiera, disponete al centro ancora un po' di ganache (servirà da collante) e richiudete le torte. Spolverizzate con il crumble e servite.

ELABORATA
● **Preparazione 90 minuti + riposo** ● **Cottura 1 ora** ● **328 cal/porzione**

LICENZA POETICA
Chiara Patracchini (pasticciere al ristorante **La Credenza** di San Maurizio Canavese, Torino) compie un'autentica magia mettendo insieme il buono (e il bello) di due dolci diversi, lontani nel tempo e nello spazio: la rustica torta al cioccolato e pere, di nostrana memoria, e la raffinata tropezienne francese, storico dessert di pasta briosche farcito con una miscela di tre creme. Succede così che il cioccolato diventa bianco e spumoso, le pere marinano una notte nel vino rosso e la sofficissima pasta brioche si ricopre di uno strepitoso crumble salato. Un dolce importante, anche nell'esecuzione non breve, che conviene preprare in dosi "massicce" per una cena a inviti. Noi lo proponiamo per 10 persone suddiviso in due torte: più facili da gestire e da cuocere. Nulla vieta, però, di dimezzare le dosi, oppure di realizzate un solo dolce molto grande: in questo caso, al momento di stendere la pasta brioche sulla teglia (prima dell'ultima lievitazione), fate in modo che abbia uno spessore di 1/2 cm.


4


5


6

SALE&PEPE SHOPPING

INFORMAZIONE PUBBLICITARIA



"LA RIVOLUZIONE DEL GUSTO" ECOR

Nella vasta gamma de La Rivoluzione del gusto Ecor, troviamo i Preparati per pane, pizza e dolci. Al mix di farine dei preparati pizza, pane semintegrale è stata aggiunta la pasta acida essiccata, per migliorarne gusto e fragranza. I preparati sono stati realizzati con farine integrali e semi-integrali per donare un sapore autentico.



NUOVI PICCOLI FORMATI POMÌ

Pomì, marchio del pomodoro di proprietà del Consorzio Casalasco del Pomodoro, amplia la sua gamma di referenze con l'arrivo di due nuove polpe in piccoli formati: la Polpa fine e il Pomodoro a cubetti, ottenute da pomodori 100% italiani e sottoposte a rigorosi controlli di qualità.



NOVITÀ DIMMIDISÌ...

Spaghetti di Verdura - nei mix: Zucchine e Carote e Barbabietola e Carote - e Spaghettata di Verdura in due ricette: Spaghetti di Zucchine e Carote con mozzarelline e pomodorini semisecchi e Spaghetti di Barbabietola e Carote con feta e soia edamame. Con il 100% di verdure fresche.



VIRTÚ DI BRODO OROGEL

Orogel presenta Virtù di Brodo, il primo brodo vegetale surgelato in gocce preparato solo con verdure coltivate in Italia dai soci produttori Orogel e acqua. Un brodo sano e naturale senza l'aggiunta di coloranti, conservanti, glutammato, olio di palma, aromi artificiali e senza sale aggiunto.



PATATA DI BOLOGNA D.O.P.

La Patata di Bologna D.O.P. è un prodotto d'eccellenza e di qualità organolettiche eccezionali.
La Denominazione di Origine Protetta è esclusivamente riservata al tubero che risponde per caratteristiche fisiche, organolettiche e per area di produzione a quanto stabilito nel Disciplinare di produzione della D.O.P.



OLDMUSKATELLER TENUTA RITTERHOF

La Tenuta Ritterhof di Caldaro, proprietà della famiglia Roner di Termeno, presenta il suo pregiato Moscato giallo Goldmuskateller, vino Alto Adige Doc, dalle intense note fruttate, prodotto solo con pregiate e selezionate uve di Moscato giallo della Bassa Atesina e dell'Oltradige.



BURGER SOJASUN

Sojasun presenta la sua nuova gamma di burger vegetali composta da quattro gustose ricettazioni che coniugano il gusto leggero ed equilibrato delle verdure, con una texture croccante fuori e morbida all'interno. La nuova gamma è naturalmente ricca di proteine vegetali, fibre e senza OGM.



IL PROVOLONE VALPADANA D.O.P.

Il Provolone Valpadana D.O.P. deriva dalla famiglia dei formaggi a pasta filata, che sono caratterizzati dalla tecnica di "filatura" della cagliata.
Due le tipologie: "Dolce" e "Piccante", tutte riconoscibili dal marchio e dal numero di autorizzazione rilasciato dal Consorzio Tutela Provolone Valpadana.



I PRONTI AL VAPORE VALFRUTTA

Valfrutta con I Pronti al Vapore coniuga benessere e praticità di utilizzo e si inserisce per primo nello scaffale dei piatti pronti a lunga conservazione con una linea di prodotti sani e naturali.
La cottura a vapore preserva i contenuti nutrizionali e garantisce ricchezza di gusto e bontà.



MILA SKYR

Unendo l'antica ricetta dello Skyr islandese con la genuinità del latte di montagna 100% Alto Adige, l'azienda Mila ha realizzato Mila Skyr, un prodotto ricco di proteine e povero di grassi, con una consistenza compatta ma cremosa. Fatto solo con ingredienti di qualità e senza OGM.



CASTEL CHIURO NINO NEGRI DOCG

Castel Chiuro Nino Negri DOCG Valtellina Superiore Riserva, è una nuova edizione del Castel Chiuro, il più celebre vino di Carlo Negri. Grazie al lungo affinamento, nel Castel Chiuro 2009 la scontrosità della montagna ha lasciato il posto all'eleganza e alla sfericità.



GARDEN GOURMET

È arrivata in Italia un'ampia gamma di piatti freschi a base di proteine vegetali, Garden Gourmet, che punta su gusto e varietà. Fanno parte della gamma: il "Burger di Soia Saporito", le "Polpette con verdure", la "Cotoletta Croccante", i "Falafel con Ceci e Spinaci" e gli "Straccetti di Soia Grigliati".



GRANULARI BIOLOGICI BAUER

Bontà riconosciuta, massima naturalità e qualità certificate e una grande versatilità in cucina: sono questi gli elementi che descrivono la gamma dei Granulari Biologici Bauer fatti con le migliori carni da allevamento biologico, le migliori verdure biologiche, olio di semi di girasole bio, prezioso estratto di lievito 100% Bio.



CROCUS D'ORO® ZAFFERANO DI NEPI

Prodotta e raccolta a mano a Nepi, in una terra incontaminata a ridosso della via Amerina, questa pregiata spezia conosciuta come Zafferano è ricca di antiossidanti, allevia lo stress e favorisce la digestione. Per info: www.crocusdoro.com



NUOVI PANINI NÁTTÚRA

Con lievito madre e ingredienti selezionati, ricchi di proteine e fibre, da gustare caldi dopo dieci minuti di cottura al forno o appena tre minuti nel tostapane: sono i nuovi Panini ai Cereali e Semi e i Panini Rustici Náttúra semicotti e pronti all'uso. Biologici, vegani e latte aggiunto.



SPÄTZLE DI KOCH

Gli spätzle Koch vengono prodotti con materie prime di alta qualità e vengono surgelati senza l'aggiunta di additivi e conservanti, sulla base della tipica ricetta altoatesina.
Sono disponibili nella versione all'uovo e nella versione agli spinaci nella tipica colorazione verde.



FIORE BAVARESE® MEGGLE

Fiore Bavarese Meggle® deriva dalla prima panna del latte, per questo lo si può definire burro tradizionale. Grazie al lento processo di lavorazione che avviene per centrifuga, garantisce un burro cremoso, dal colore giallo paglierino, dal sapore intenso e che mantiene tutte le proprietà nutrizionali del latte.



CAPSULE INSPRESSO JULIUS MEINI

Le capsule INSPRESSO Julius Meini sono quattro miscele compatibili con le macchine Nespresso. Ristretto Intenso, Espresso Crema, Lungo Classico ed Espresso Decaf: quattro blending provenienti dalle migliori piantagioni del mondo, che si distinguono per la varietà dell'aroma e la crema compatta e consistente.

La ribollita

EMBLEMA E VANTO DELLA CUCINA FIORENTINA DI TRADIZIONE, OGGI È UN COMFORT FOOD APPETITOSO CHE ESPRIME L'ANIMA PIÙ GENUINA DEL TERRITORIO

di Paola Mancuso, in cucina Antonella Pavanello, foto di Michele Tabozzi, scelta del vino di Sandro Sangiorgi

È un tipico piatto della tradizione contadina, maestra nell'antica arte del recupero. Si preparava in abbondanza una zuppa di verdure, da consumare anche nei giorni successivi, riscaldata e con l'aggiunta di pane raffermo. Per essere definita tale, perciò, la ribollita ha bisogno di un secondo passaggio (da cui il nome) il giorno dopo. Tutte le zuppe si giovano del riposo, ma in questo caso c'è chi giura che si compie un piccolo miracolo: messa di nuovo sul fuoco, bassissimo, nasce un piatto diverso, corposo e di sapore intenso, reso ancora più ghiotto dalla lievissima crosticina che si forma sul fondo. A caratterizzare la ribollita è il procedimento di cottura, più che un codificato insieme di ingredienti; le tante varianti sono proprie di un piatto di riciclo, ma alcuni ingredienti sono fondamentali.

> segue a pag. 94











LA PREPARAZIONE

PER 6 PERSONE

400 g di fagioli cannellini secchi - 1 grosso mazzo di cavolo nero - 1/4 di cavolo verza - 1 mazzo di biete - 2 patate medie - 3 pomodori pelati - 1 grossa cipolla - 2 carote - 3 coste di sedano - 1 rametto di prezzemolo - 1 dl di brodo vegetale (facoltativo) - 350 g di pane toscano raffermo a fette - 1 ciuffo di timo - olio extravergine d'oliva toscano - sale - pepe nero

● **1** Mettete in ammollo i cannellini per 8-12 ore, poi lessateli in una pentola con abbondante acqua, 1 costa di sedano e il prezzemolo. ● **2** Dopo 1 ora circa, scolatene la metà e teneteli da parte. Passate al setaccio i cannellini restanti e uniteli al loro liquido di cottura. ● **3** Nel frattempo, preparate le verdure: pulite e tagliuzzate le carote e il sedano rimasto. Sbucciate le patate e tagliatele a tocchetti. Lavate le foglie di cavolo nero, di verza e di biete e riducetele a listarelle. ● **4** Sbucciate la cipolla e tritatela; fatela soffriggere leggermente in una capace casseruola con abbondante olio caldo. Unitevi la carota e il sedano preparati, profumate con il timo legato a mazzetto e cuocete per qualche minuto. ● **5** Aggiungete le verdure a pezzi rimaste e lasciatele appassire; unite i pomodori pelati spezzettati, salate e pepate. ● **6** Coprite con il brodo di cannellini caldo e lasciate sobbollire per 1 ora circa. A una decina di minuti dlla fine, aggiungete i cannellini interi tenuti da parte. ● **7** Disponete le fettine di pane a strati in un tegame, preferibilmente di coccio, alternandole con la zuppa di verdure preparata, chiudete e lasciate riposare. ● **8** Il giorno successivo, scaldate la zuppa sul fuoco per alcuni minuti, aggiungendo un po' di brodo vegetale (o acqua calda), se necessario. Condite con olio, pepe, timo e servite caldo o tiepido.









BERE GIUSTO
La sostanza e la complessità della ribollita sono nel procedimento della cottura e nel condimento, al punto che non è tanto importante il riconoscimento di ciascuna varietà di verdura usata, quanto l'equilibrio e la finezza tattile dell'insieme. Scegliamo così un elegante rosso lucchese, ottenuto da una vigna di 70 anni, dove è coltivato il Sangiovese con altri vitigni tipici della campagna toscana, quali il Ciliegiolo, il Canaiolo, il Colorino e l'Aleatico: è un incontro tra armonie che si completano a vicenda.



> segue da pag. 92

In primis il cavolo nero, squisitamente di stagione e saporito, soprattutto se temprato dalle gelate invernali e della varietà riccia conosciuta come "braschetta". Per non smentire il detto "fiorentin mangiafagioli", altro pilastro sono i cannellini o toscanelli, bianchi e dalla buccia tenera e sottile come un velo. Infine, il pane. Quello toscano, detto "sciocco" o "sciapo" perché senza sale, è l'imperioso protagonista della gastronomia regionale; basti pensare ai mille crostini, alla fettunta, alla panzanella, all'acquacotta, alla pappa al pomodoro, ma anche al cacciucco, che per essere gustato chiede il sostegno di fette tostate e strofinate d'aglio. Nel caso della ribollita, il pane toscano raffermo (vietato usare quello fresco) va disposto a strati e inzuppato con il mix di verdure, come per una torta farcita. A completamento, un giro "d'olio bono" e un ciuffo di pepolino (timo, per i non fiorentini).
L'esistenza di una preparazione a base di cavolo nero e pane è attestata da fonti che risalgono al Cinquecento, e sono in molti a ritenere che la ribollita ne sia una successiva versione arricchita, una sorta di post scriptum. Tre secoli dopo, nel celebre ricettario "L'arte di mangiar bene", Pellegrino Artusi, fiorentino d'adozione, descrive una "zuppa toscana di magro alla contadina" che prevede l'utilizzo anche di cotenna o prosciutto. Per trovare il termine "ribollita", invece, si arriva al 1910, quando Alberto Cougnet nel monumentale trattato "L'arte cucinaria in Italia" scrive: "dicesi ribollita una zuppa di fagioli con pane e pasta che facendosi per 2 o 3 giorni la si fa riscaldare ogni volta che occorre".



LA PAROLA ALL'ESPERTO
Abbiamo interpellato Salvatore Toscano, chef patron dell'osteria Mangiando Mangiando (mangiandomangiando.it). All'Expo di Milano è stato chiamato a portare la sua ribollita in rappresentanza della cucina toscana.
Quali gli ingredienti non devono mancare nella ribollita? Senza dubbio i cannellini, la tipologia di fagioli più utilizzata nelle zone di Firenze e del Chianti, e il cavolo nero, una verdura tipicamente invernale. Aggiungo come plus anche l'olio toscano appena franto, dai sentori di erba fresca e di carciofo, che viene spremuto nello stesso periodo in cui viene pronto il cavolo nero.
In alcune ricette si trova anche l'aggiunta di prosciutto. Nella mia ricetta non lo utilizzo, perché la ribollita è già di per sé un piatto complesso come varietà di sapori.
È corretto aggiungere il pomodoro?
L'utilizzo del pomodoro è consigliabile perché con la sua nota acidula dà equilibrio a un insieme di verdure e legumi tendenzialmente dolci.
È vero che la ribollita può essere servita con cipollotti freschi?
Sì, tradizionalmente si alternava qualche cucchiaiata di ribollita a un boccone di cipollotto intinto nell'olio nuovo.

I SUGGERIMENTI DI SALE&PEPE
Vi segnaliamo alcuni ristoranti del territorio che propongono anche questo piatto.

MANGIANDO MANGIANDO
Piazza Matteotti 80, Greve in Chianti (Fi),
tel. 055 8546372
Poco distante da Firenze, l'osteria di Salvatore Toscano si affaccia sulla piazza principale, orlata da logge ad arco. Il menu è un inno alla tradizione: crostone di lampredotto, tartara di vitellone chianino, salumi artigianali. Si prosegue con ribollita, zuppa contadina o rigatoni al ragù di guancia. Come secondo, protagoniste sono le carni: la classica fiorentina, certificata, peposo e stracotto di vitellone.

LA CASALINGA
Via dei Michelozzi 9 r, Firenze, tel. 055 218624
Nel caratteristico rione di Santo Spirito, un locale che dopo 50 anni conserva la genuinità della trattoria di quartiere. La cucina si basa su ricette semplici, come suggerisce il nome, che cambiano secondo stagione e reperibilità sul mercato: ribollita, tagliatelle al sugo di coniglio, trippa alla fiorentina, lesso rifatto e la classica bistecca. Si termina con dolci della casa o cantuccini e Vin Santo.

RUGGERO
Via Senese 89 r, Firenze, tel. 055 220542
Autenticamente vintage, è una trattoria che punta alla sostanza. Propone ogni giorno un menu diverso, ma è facile trovare pappa col pomodoro, ribollita, bollito misto con salsa verde, braciola fritta rifatta e un'ottima arista. Il venerdì, baccalà alla livornese.

La cucina è un gioco

PICCOLI PECCATI DI GOLA DA PREPARARE CON DIVERTENTI MARCHINGEGNI AL SERVIZIO DELLA FANTASIA

di Monica Pilotto, servizio di Patrizia Cantoni, foto di Marco Azzoni

Avete mai provato il piacere di osservare la trasformazione scoppiettante dei chicchi di mais in leggeri fiocchi a farfalla? Dotatevi dell'apposita macchina e il divertimento è assicurato. In ognuno di voi alberga un piccolo Willy Wonka? Non perdetevi la fontana dalla quale sgorgano cascate di vellutato cioccolato dove intingere bocconi di frutta o frittelle. Se poi amate la fantastica sensazione tattile dello zucchero filato, sappiate che esiste una versione mini della Candy Floss Machine perfettamente funzionante.

> segue a pag. 98



2

3

1

4

1 Prepara in pochi minuti fragranti e leggeri popcorn la macchina ad aria calda dal design rétro (Popper Party Time di Ariete, 45 €).
2 Per lo zucchero filato, soffice e candido, la macchina in materiale plastico e metallo (Maiuguali, 90 €).

3 Popcorn, marshmallow e piccole meringhe si trovano nei barattoli in vetro serigrafato con coperchio in banda stagnata dai tipici motivi ispirati al mondo del circo, a spicchi bianchi e rossi (collezione Circus di Alessi, in 4 misure a partire da cl 50 a 28 €).
4 Con la fontana di cioccolato si possono preparare golosi bocconcini rivestiti al cacao (Choco da Kasanova, ml 350, 23,90 €). Indirizzi a pagina 6

> *segue da pag. 97*

Complice il Carnevale, provate a giocare con il cibo, dolce o salato, dalle forme e dai colori inconsueti. E allora via libera ai golosi più romantici che, sulla scia di Star Wars e di pianeti lontani, possono creare siderali semifreddi a forma di luna piena, dai crateri multicolore, utilizzando lo stampo in silicone che riprende la forma del satellite terrestre. Mentre chi ha conservato un animo fanciullesco, con lo stampo in alluminio antiaderente può cimentarsi nella composizione di un lungo trenino di dolcezze. E poi ci sono i waffle. Le cialde dal caratteristico aspetto goffrato si preparano con la piastra elettrica antiaderente, oppure con gli stampi in silicone da utilizzare in forno. Starà alla sfrenata fantasia di ciascuno guarnire, con topping strabilianti, queste soffici cialde.
E le chiacchiere? I dolci più ghiotti di Carnevale, a fiori, fiocchi o quadrotti, che si chiamino cenci, bugie, crostoli, galani o frappe vanno sempre rigorosamente fritti, ma solo dopo aver tirato una sfoglia sottile da tagliare a strisce smerlate con le comode rotelle. Oppure, più semplicemente, basta immergere nella pastella gli stampini in metallo da tuffare poi nell'olio bollente. Ma i peccati di gola non finiscono qui: perché non provare anche la macchina tonda, colorata come Arlecchino, che sforna deliziose caramelle gommose? Ma attenzione: per queste piccole trasgressioni alimentari approfittate del Carnevale; poi, con la Quaresima, arriverà la dieta detox.



● **1** Nello stampo in silicone a forma di luna, con bordatura interna per una perfetta forma arrotondata e incavi per i crateri, si preparano mousse e semifreddi (Silikomart, diam. cm 22, 18,90 €).
● **2** Le caramelle gommose fatte in casa si preparano con la macchina completa di base elettrica, 4 stampi in silicone e 6 contenitori in plastica (di Howell su Amazon.it a 24,99 €).
● **3** Stampo in alluminio pressofuso antiaderente dove cuocere tanti cupcake a forma di vagoncini (di Nordic Ware, in vendita da Siccardi, 49,50 €).
● **4** Perfetto per tagliare le tradizionali chiacchiere, il tagliapasta che contiene nel manico 3 rotelle extra oltre a quella già montata (Tescoma, 4,90 €). ● **5** Si possono cuocere da 6 a 24 waffle con gli stampi in silicone per forno tradizionale e microonde (Tescoma, € 14,90 l'uno). ● **6** Frittelle in quattro forme diverse, leggere e veloci da preparare con gli appositi stampini in metallo; si aggancia il manico rimovibile allo stampo scelto, si immerge nella pastella e si tuffa nell'olio bollente (Tescoma, 15,90 €). ● **7** Piastra elettrica per cuocere sei waffle a forma di cuore (Graef dist. da Künzi, 114,75 €).
Indirizzi a pagina 6



Sestriere

UN MIX DI CHARME E MODERNITÀ CON UNA LUNGA STORIA DI TERRA DI FRONTIERA CHE SI PERPETUA IN CUCINA

a cura di Daniela Falsitta, testo di Enrico Saravalle, foto di Monica Vinella. Si ringrazia il ristorante dell'hotel Shackleton per le ricette e la realizzazione dei piatti

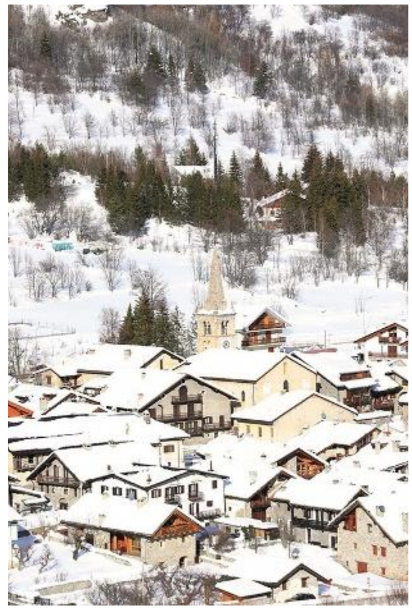
Pendii innevati, piste da sci (tranquille o mozzafiato) e anelli per il fondo, memorabilia romaniche e castelli medievali, fortificazioni militari e scicchissime località, locande tipiche e ristoranti gourmand. È questo il mix in grado di trasformare una vacanza tra l'Alta Val di Susa e la Val Chisone (distante solo un centinaio di chilometri da Torino) in un'esperienza indimenticabile. Se qualcuno si è dimenticato che queste valli e queste montagne sono state lo scenario suggestivo delle Olimpiadi Invernali del 2006, deve fare un piccolo ripasso, partendo da Bardonecchia. Poco prima di raggiungerla, gli appassionati di storia militare incontrano il Forte di Exilles, che un tempo segnava il confine tra il Ducato di Savoia e la regione francese del Delfinato.

> *segue a pag. 102*



La Vialattea, comprensorio sciistico con oltre 400 km di discese. A sinistra, QB e, a destra, un totem dedicato alle Olimpiadi invernali e il borgo di Melezet.





GHENEFLE OCCITANE

PER 4 PERSONE
1 kg di patate - 1 porro - 1 spicchio d'aglio - 1 uovo - 150 g di pane raffermo - 1 bicchiere di latte - 70 g di toma bianca grattugiata - 70 g di burro - farina - noce moscata - 1 cucchiaio di olio extravergine d'oliva - sale - pepe

● **1** Lessate le patate intere e con la buccia. Fate soffriggere con l'olio il porro tagliato finemente con lo spicchio d'aglio sbucciato. Pelate le patate e schiacciatele nel soffritto per ridurle in una purea grossolana; eliminate l'aglio e cuocete per alcuni minuti. Ammorbidite il pane nel latte.
● **2** Riunite in una ciotola le patate, il pane, l'uovo, un pizzico di sale, una macinata di pepe, una grattata di noce moscata e mescolate; se necessario, unite po' di farina. Con l'aiuto di due cucchiai, create tanti gnocchi ovali e passateli nella farina. Tuffateli in una pentola d'acqua salata in leggera ebollizione; quando vengono a galla sono pronti.
● **3** Sistemateli in 4 pirofile individuali, suddividetevi il burro, fuso, e la toma. Infornate a 200° per 15 minuti, finché sono dorati. Servite, se vi piace, con fettine di polenta fritta.

FACILE
● **Preparazione 30 minuti** ● **Cottura 45 minuti** ● **580 cal/porzione**









Il campanile di Bardonecchia. A destra: una scultura vincitrice dell'annuale concorso Scalpello d'Oro e la sala colazioni dell'hotel Shackleton, a Sestriere.

> segue da pag. 100

Antiche fortezze e montagne olimpiche

Per scoraggiare i loro vicini, i duchi fecero costruire un'opera di ingegneria militare che, oltre a fermare le armate straniere, incuteva loro soggezione stagliandosi, con la sua Rampa Reale, sui panorami selvaggi della valle. Oggi Bardonecchia chiama gli aficionados di sport bianchi con i comprensori del Colomion-Les Arnauds e del Melezet, pronti a regalare piste che tagliano i boschi di larici e i vasti plateau a più di 2000 metri. Non mancano i fuoripista del Monte Jafferau e le discese da brivido dello snow park del Melezet. L'après-ski si fa, però, al Borgovecchio (la Bardonecchia di un tempo), un labirinto di stradine solitarie, di baite con i balconi di legno, di piazzette con l'immancabile fontana che gorgoglia. È in una di queste piccole piazze che si trova Sant'Ippolito, la chiesa con due campanili: uno tutto bifore romaniche, l'altro ottocentesco. Nella penombra dell'interno, splendono piccoli gioielli naïf di arte sacra: santi in legno colorato, un coro secentesco, tavole e dipinti che ci raccontano miracoli straordinari.

Un'altra località famosa per le sue piste e la sua neve è Claviere, dove i fondisti non si stancano di percorrere l'anello transfrontaliero di 13 km che collega questo comune italiano a Monginevro, in Francia. Infine, quando si parla di Montagne Olimpiche, il pensiero corre a Sestriere, la località turistica inventata dalla famiglia Agnelli negli Anni '30 proprio come una Porto Cervo d'alta quota. La sua posizione, sulla sommità del colle che mette in comunicazione l'Alta Val di Susa e la Val Chisone, è invidiabile e il panorama che si gode da quassù, con l'aspro profilo di Punta Rognosa (uno dei rari over 3000 delle Alpi Cozie), è unico. La località è soprattutto la "capitale" della Vialattea, un mega comprensorio sciistico che, oltre a Sestriere, tocca anche i paesi di Pragelato, Cesana, Claviere e Sauze per oltre 400 chilometri di piste.

> segue a pag. 105

La pasticceria Ugetti, famosa per i suoi "bardonecchiesi" al rum. A destra, il forte di Exilles: da ammirare la Rampa Reale, le Scuderie, il Cortile delle Galere nonché un'istallazione contemporanea di land art firmata da Michelangelo Pistoletto.





MEDAGLIONE AL BAROLO

PER 4 PERSONE
1 stinco di vitellone - 1 carota - 1 cipolla - 1 costa di sedano - 1 spicchio d'aglio - 1 rametto di rosmarino - 3 foglie d'alloro - 1 pezzetto di cannella - qualche chiodo di garofano - qualche bacca di ginepro - 3 l di Barolo - sale

● **1** Mettete lo stinco in una casseruola, ricoprite con il vino e aggiungete tutti gli ortaggi mondati e lavati, le erbe e le spezie. Lasciate marinare per 12 ore.
● **2** Trasferite il tegame sul fuoco e fate cuocere per 12 ore molto dolcemente. A cottura ultimata, togliete lo stinco e, mentre è ancora caldo, disossatelo; quindi, aiutandovi con la pellicola da cucina, arrotolatelo stretto così che si compatti e possiate tagliarlo a fette circolari. Accendete nuovamente il fuoco sotto il liquido rimasto e lasciatelo ridurre finché non avrete ottenuto un composto cremoso. Spegnete e filtrate la salsa.
● **3** Un attimo prima di servire, eliminate la pellicola, riscaldate i medaglioni nella salsa, quindi sistemate due fette in ogni piatto, nappate con la salsa calda e, se vi piace, accompagnate con purè di patate.

MEDIA
● Preparazione 20 minuti + riposo ● Cottura 12 ore ● 400 cal/porzione



TACCUINO DI VIAGGIO

SHACKLETON MOUNTAIN RESORT
Via Assietta 1/bis, Sestriere;
tel. 0122 750773
Nella sua salle à manger dell'hotel, da cui la vista spazia sulla vallata e le piste della Vialattea, potete gustare specialità uscite dalle mani sapienti dello chef Pierluigi Ronchail.

CHESAL 1805
Loc. Chesal, fraz. Meleset, Bardonecchia, tel. 0122 7441713
Vista imperdibile sulla Valle Stretta e sull'abitato di Bardonecchia. Cucina tipica delle baite di montagna con piatti oversize.

RISTORANTE DU GRAND PÈRE
Via Forte Seguin 14, Champlas Janvier, tel. 0122 755970
La maison esiste da oltre 300 anni e le specialità sono quelle occitane e montanare: carpaccio di carne salada, ghenefle, civet di cervo.

RISTORANTE LAGO DEL LAUX,
Via al Lago 7, Usseaux,
tel. 0121 83944
La carta della casa parla spesso occitano: dalle calhiette (letteralmente "piccole quaglie", preparate con un impasto di patate molto saporito) alla polenta con fonduta lausetta a base di robiole di pecora, toma e gorgonzola naturale.

UGETTI
via Medail 80, Bardonecchia
Vasta scelta di paste, cioccolatini e bardonecchiesi al Rum nella pasticceria più amata del paese.

LE VIE DEL GUSTO
via Medail 84, Bardonecchia
Tante specialità delle Valli: formaggi e mocette, miele, confetture, tisane.

BIOVEY 2.0, LA DISPENSA
Via Gen. Cantore 2, Bardonecchia
Dalle mani di Paolo Romano, chef del ristorante Biovey, sughi e succhi, paste alla farina di castagne e sformati alla toma d'alpeggio.

SPECIALITÀ AL COLLE
Piazza Fraiteve 3/c, Sestriere
Delikatessen made in Piemonte: grappe, distillati, cioccolato.

QB
Via Pinerolo 10/c, Sestriere
Si comincia con colazioni robuste per finire con aperitivi e dopo cena.







Dall'alto: un impianto di risalita della Vialattea; il Forte di Fenestrelle, detto la "grande muraglia piemontese" e le due torri della Sestriere moderna.



POLENTA CON GLORE DI PATATE

PER 4 PERSONE
200 g di farina di mais - 200 g di patate - 200 g di carne di cervo o cinghiale a pezzetti - 100 g di fontina - 2 dl di latte - 1 l vino rosso - 1 carota - 1 cipolla - 1 costa di sedano - 50 g di burro - sale - pepe per le cialde: 100 g di farina di mais - 100 g di grana padano grattugiato

● **1** Fate le cialde: unite la farina di mais e il grana, stendete il composto sulla carta da forno e trasferitelo nel microonde per 30 secondi, tagliate 4 cialde rotonde di 10-12 cm di diametro e lasciatele raffreddare.
● **2** Preparate un soffritto con la carota, il sedano e 1/2 cipolla tagliati a dadini e fatevi rosolare la carne. Coprite con il vino rosso e lasciate cuocere per 2 ore.
● **3** Preparate una fonduta sciogliendo la fontina tagliata a fettine sottili nel latte. Sbucciate e affettate finemente la cipolla rimasta, fatela rosolare e, quando è trasparente, unite le patate pelate e tagliate a tocchetti e cuocetele per 20 minuti.
● **4** Fate la polenta versando a pioggia la farina di mais in circa 800 ml di acqua bollente; cuocetela per 40 minuti mescolando spesso. Unite un pizzico di sale e il burro. Farcite le cialde con le patate, il cervo, la fonduta, la polenta e fate gratinare in forno a 180° per 15 minuti.

MEDIA
● Preparazione 20 minuti
● Cottura 3 ore ● 540 cal/porzione



Il rifugio Chesal, a 1805 metri di quota, accanto allo snowpark di Bardonecchia. Da qui la vista spazia sulla Guglia Rossa e la Valle Stretta.





A lato, la fontana di Usseaux, "paese dipinto" a pochi km da Sestriere. A destra, i cani del Centro Sleddog che organizza escursioni anche notturne.



GOFRI

In un recipiente riunite 1 kg di farina, un pizzico di sale e 1 l d'acqua versata poco per volta fino a ottenere una pastella omogenea. Unite 1 cubetto di lievito di birra già sciolto in acqua tiepida, mescolate e lasciate riposare per 4 ore fuori dal frigo. Adagiate l'apposita "gofriera" sulla fiamma, scaldandola da entrambi i lati, ungetela all'interno con una noce di lardo e versate la pastella. Chiudere la gofriera e fate cuocere 4 minuti per lato. Continuate fino a esaurimento. Una volta pronti, i gofri possono essere spalmati con confettura o crema di ciccolato e nocciole. Per 4 persone

> *segue da pag. 102*

Le ottime sorprese dell'après-ski

Ma le scoperte nei dintorni non sono ancora finite: in pochi minuti d'automobile si arriva a Usseaux, un "paese dipinto" con murales a soggetto agro-montano, silenziosi vicoli lastricati, un antico forno a legna e un mulino ad acqua. Proseguendo verso la pianura ecco l'impressionante Forte di Fenestrelle, tutto torri, bastioni e camminamenti che si distendono lungo il monte Orsiera per oltre 3 km e 700 metri di dislivello. La fortezza doveva servire a scoraggiare le mire espansionistiche e ci riuscì perché non fu mai attaccata dai francesi che preferirono tenersene a prudente distanza. Se i paesaggi sono brulli, la cucina delle valli è ricca di sapori. Parlano di contaminazioni tra la cultura occitana, i ricettari francesi e quelli degli chef di corte da una parte, le risorse povere delle montagne dall'altra. Gli ingredienti sono patate, mais, segale, carne secca, lardo, burro e latte, tome fresche e stagionate, selvaggina, frutti di bosco, mele, castagne. Raffinata eppure montanara è la Soupe Grasse di Bardonecchia (a base di pane, cipolle e formaggi), che ha appena ottenuto il riconoscimento della De.Co. (Denominazione di origine Comunale) perché ricetta e ingredienti siano conservati a futura memoria. Ma protagonista assoluta è soprattutto la polenta che utilizza mais antichi (come l'Ottofile e la Pignoletto) e si sposa con fondute, civet di selvaggina, carbonade. E. S.



Genepì valdostano

È UN TRADIZIONALE LIQUORE DI MONTAGNA A BASE DI ERBE CURATIVE. AROMATICO E AMAROGNOLO, È UN OTTIMO DIGESTIVO O APERITIVO. DA PROVARE ANCHE IN CUCINA

di Marina Cella, foto di Maurizio Lodi, bere giusto di Sandro Sangiorgi

Un tempo, sui monti della Valle d'Aosta, lo chiamavano *aspirine des montagnards*: i fiori di genepì (nome comune dell'*Artemisia glacialis* e alcune varietà simili), in infusione nel latte caldo con miele e altre erbe, erano un rimedio contro raffreddore e influenza, e persino contro il mal di montagna. Oggi genepì (o genepy) è diventato sinonimo di liquore, ma la base è la stessa piantina, che si abbarbica fra rupi e morene, fino a oltre 3000 metri. L'artemisia è molto aromatica, con proprietà balsamiche, antisettiche, digestive e toniche. Rara e preziosa, è protetta e si può raccogliere in piccole quantità, senza asportarne le radici: per il liquore oggi le aziende locali utilizzano piantine coltivate a circa 1400 metri. La produzione avviene per macerazione delle piante, essiccate o fresche, in una soluzione idroalcolica. Oppure per sospensione, appoggiando le erbe su griglie sopraelevate. Al termine si unisce una soluzione di acqua e zucchero. Il liquore, che ha ottenuto l'Igp come Genepì della Valle d'Aosta o Genepi de la Vallée d'Aoste, è privo di coloranti e aromi non naturali; e deve essere realizzato entro il territorio regionale.

Dai cocktail al risotto e ai dolci

Il genepì è limpido, giallo paglierino, talvolta verde chiaro; il profumo è intenso, con sentori floreali e note erbacee e di fieno. All'assaggio è morbido, con il gusto amarognolo tipico dell'artemisia. Si serve a fine pasto liscio come digestivo oppure come aperitivo, con ghiaccio o seltz; ma si sta affermando anche nei cocktail. Per esempio un drink a base di Génépy di Cortese, miscelato con Grey Goose Citron, succo di lime, ginger beer, St-Germain, miele di tiglio, menta, more e lamponi freschi, ha vinto l'ultima edizione (2017) della Skyway Cocktail Competition, il contest disputato sulle vette valdostane. Infine, il liquore è da provare anche in cucina: nei sorbetti, le gelatine, le creme (zabaione), i budini. Ma anche per dare un tocco amarognolo a ricette salate, da sfumare con il genepì invece del vino bianco: il risotto, che si può insaporire con crema di formaggio; le carni bianche, come le scaloppine alla valdostana con fontina; lo spezzatino, che si può preparare con vino rosso e genepì.

BERE GIUSTO
Il Genepì, lo stesso utilizzato per la preparazione del dolce, sposa la soffice cremosità della mousse, segue la persistenza del cioccolato e va a completarne il vibrante e aromatico fervore.



MOUSSE DI CIOCCOLATO AL CAFFÈ E GENEPÌ

PER 4 PERSONE
125 g di mascarpone - 150 g di cioccolato fondente tritato - 125 ml di latte - 1 foglio di gelatina (5 g) - 2 cucchiaini di caffè solubile - 2 albumi - 40 g di zucchero - 1 bicchierino di genepì valdostano 30 ml - 100 ml di panna montata - 1 cucchiaino di zucchero a velo

● **1** Ammollate la gelatina in acqua. Nel frattempo in un pentolino sciogliete il caffè nel genepì, scaldando il meno possibile; fate raffreddare. Scolate la gelatina, strizzatela e fatela sciogliere nel latte mescolando su fiamma bassa. Lasciate intiepidire.
● **2** In un altro pentolino sciogliete lo zucchero con 2 cucchiai di acqua e fate sobbollire lo sciroppo per 2-3 minuti. In una ciotola montate gli albumi a neve, poi versate lo sciroppo continuando a montare.
● **3** Fondete il cioccolato a bagnomaria. Amalgamate al mascarpone il caffè al genepì e il latte con la gelatina, quindi unite il cioccolato fuso e subito anche la meringa: prima una cucchiaiata mescolando energicamente, poi quella rimasta con movimenti delicati.
● **4** Trasferite la mousse in 4 bicchieri e fate rassodare in frigo per un paio d'ore. Servite con la panna montata dolcificata con lo zucchero a velo. Decorate a piacere con foglioline di artemia essiccate e sbriciolate.

FACILE ● Preparazione 15 minuti + riposo ● Cottura 15 minuti ● 500 cal/porzione

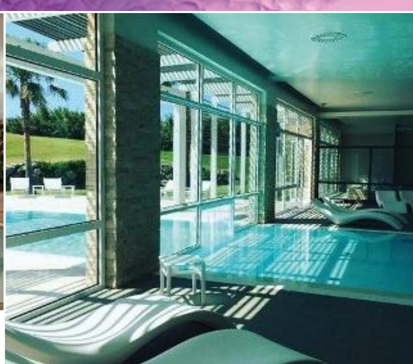


Al mare d'inverno

FUGA ALL'INSEGNA DEL BENESSERE NEI RESORT SPECIALIZZATI IN TALASSOTERAPIA. TRA PISCINE D'ACQUA MARINA, TRATTAMENTI ALLE ALGHE E PASSEGGIATE LUNGO SPIAGGE SENZA FOLLA

di Paola Mancuso, ricette di Claudia Compagni
foto di Felice Scoccimarro, styling Stefania Aledi





Nella foto grande, una delle piscine d'acqua marina del Tombolo Talasso resort, a Marina di Castagneto (Toscana).
Da sinistra: il centro Thalasso & Spa dell'hotel Marinedda, sulla costa settentrionale della Sardegna; una piscina del Talassoterapia & Spa Capovaticano, resort nei pressi dell'omonimo promontorio in Calabria.

In queste pagine: piani in mosaico di Marazzi, piatti Ikea, ciotole Villeroy&Boch e Sonia Girotto da l'Officina della Ceramica, spugne di Fazzini Home e Busatti. Indirizzi a pagina 6



Triglie imbottite
(Toscana), pag. 110

Un tuffo nel mare, lasciandosi abbracciare da questa "madre" primordiale, è possibile anche fuori stagione, senza necessariamente volare verso mete lontane. Sui nostri litorali si trovano resort attrezzati con centri di talassoterapia dove replicare il piacere dei bagni estivi, con il vantaggio di poterli abbinare a benefici trattamenti a base di alghe e fanghi e a rigeneranti passeggiate lungo spiagge non affollate e immerse nella natura, vero toccasana per il benessere di corpo e mente. Le straordinarie proprietà curative dell'acqua marina sono conosciute fin dai tempi degli antichi Greci: "Il mare guarisce le malattie degli uomini", insegnava Euripide già nel 400 a.C; ma è solo nel tardo '800 che i Francesi coniano il termine "talassoterapia" e aprono i primi stabilimenti. Oggi i criteri per una remise en forme all'insegna delle acque salate sono stabiliti in modo preciso e i centri talassoterapici più qualificati si trovano sulla costa, dove è possibile utilizzare acqua marina pura, prelevata al largo e in profondità, poi raccolta in piscine e portata a 37°, la stessa temperatura del corpo umano, in modo da assorbirne al meglio gli oligoelementi: cloro, sodio, magnesio, oltre a particelle di altri minerali dagli effetti depurativi e curativi.

> segue a pag. 111



Pitta china
(Calabria)

TRIGLIE IMBOTTITE (TOSCANA)

PER 4 PERSONE
8 triglie da 150 g l'una pulite e squamate - 60 g di prosciutto crudo toscano - 1 limone grosso - 1/2 bicchiere di vino bianco - qualche rametto di prezzemolo - olio extravergine d'oliva - sale - pepe nero

● **1** Sciacquate le triglie sotto l'acqua corrente e asciugatele con carta da cucina. Insaporitele internamente con un pizzico di sale e una macinata di pepe e farcitele con il prosciutto tritato grossolanamente.
● **2** Rivestite di carta da forno una teglia e disponetevi le triglie farcite. Praticate 2 incisioni su un lato dei pesci e spruzzateli con il succo del limone e 4 cucchiai d'olio. Salate e lasciate marinare per 30 minuti.
● **3** Bagnate con il vino e cuocete nel forno già caldo a 200° per 10 minuti. Cospargete con foglie di prezzemolo pulite e servite subito.

FACILISSIMA
● **Preparazione 10 minuti + riposo**
● **Cottura 10 minuti** ● **380 cal/porzione**

PITTA CHINA (CALABRIA)

PER 8 PERSONE
per l'impasto: 500 g di farina 0 + quella per la spianatoia - 12 g di lievito di birra fresco - 2 uova - 30 g di strutto - sale
per il ripieno: 100 g di ciccioli - 200 g di ricotta romana - 150 g di soppressata calabrese - 2 uova - 100 g di caciocavallo - olio extravergine d'oliva

● **1** Impastate la farina con il lievito sbriciolato, le uova leggermente sbattute, lo strutto e 10 g di sale; versate a filo 2 dl scarsi d'acqua tiepida, fino a ottenere un impasto morbido e liscio. Trasferitelo in una ciotola, copritelo con pellicola e lasciatelo lievitare per 2 ore.
● **2** Nel frattempo, preparate il ripieno: immergete le uova in un pentolino con acqua fredda e cuocetele per 8 minuti dall'inizio dell'ebollizione; scolatele, raffreddatele, sgusciatele e tagliatele in 4 spicchi. Riducete la soppressata a dadini; sbriciolate grossolanamente i ciccioli; grattugiate il caciocavallo con una grattugia a fori grossi.
● **3** Stendete i 2 terzi dell'impasto sul piano di lavoro leggermente infarinato e trasferitelo in una teglia di 24 cm di diametro leggermente unta d'olio. Riempite con la ricotta, gli spicchi d'uovo, la soppressata e i ciccioli; stendete la pasta rimasta, adagiatela sul ripieno e sigillate i bordi, creando un cordoncino. Spennellate la superficie con poco olio, lasciate riposare per 20 minuti e cuocete la pitta nel forno già caldo a 180° per circa 40 minuti.

MEDIA
● **Preparazione 25 minuti + riposo**
● **Cottura 50 minuti** ● **580 cal/porzione**

PULIGIONI (SARDEGNA)

PER 4 PERSONE
300 g di semola di grano duro rimacinata - 300 g di ricotta di pecora - 2 tuorli - 1 limone non trattato - 50 g di zucchero - 500 g di passata di pomodoro - 20 g di pecorino - 1 spicchio d'aglio - qualche foglia di basilico - olio extravergine d'oliva - sale

● **1** Impastate la semola con 1,5 dl d'acqua tiepida fino a ottenere un impasto liscio e omogeneo; avvolgetelo in un foglio di pellicola e lasciatelo riposare per 30 minuti.
● **2** Intanto, cuocete la passata di pomodoro in un tegame con 4 cucchiai d'olio, lo spicchio d'aglio schiacciato e una presa di sale; dopo 15 minuti, spegnete ed eliminate l'aglio. Mescolate la ricotta con la scorza grattugiata del limone, lo zucchero e i tuorli e trasferite il composto in una tasca da pasticceria montata con la bocchetta liscia.
● **3** Riprendete la pasta e stendetela in strisce sottili con l'apposita macchinetta. Spremete al centro delle sfoglie tanti mucchietti del composto di ricotta preparato, distanziandoli tra loro; ripiegate la pasta sul ripieno, sigillatela intorno a quest'ultimo facendo uscire tutta l'aria e, con l'aiuto di una rotella dentellata, ricavate i ravioli. Lessateli in acqua salata in leggera ebollizione per 2-3 minuti, scolateli con un mestolo forato e conditeli con la salsa di pomodoro, il basilico e il pecorino grattugiato.

MEDIA
● **Preparazione 10 minuti + riposo**
● **Cottura 10 minuti** ● **650 cal/porzione**

GLI INDIRIZZI

Toscana
Tombolo Talasso resort
tombolotalasso.it/talasso-spa

Sardegna
Hotel Marinedda Thalasso & Spa
hotelmarinedda.com; delphina.it
Forte Village
fortevillageresort.com

Calabria
Capovaticano resort Thalasso & Spa
capovaticanoresort.it



Puligioni
(Sardegna)

> *segue da pag. 109*

Come avviene al Tombolo, resort specializzato in talassoterapia, sulla costa degli Etruschi, in Toscana, tra i centri più attrezzati d'Italia: qui l'acqua marina, estratta a 900 m dalla battigia, viene impiegata per trattamenti, percorsi attraverso 5 suggestive piscine all'interno di grotte e massaggi subacquei. Vero paradiso per la talassoterapia è la Sardegna che, complici il microclima favorevole e la bellezza del paesaggio, conta la maggiore concentrazione di strutture dedicate. Oltre alla spa Acquaforte del rinomato Forte Village resort, sulla costa sud, sull'isola si trovano anche cinque centri del gruppo Delphina. Tra questi, l'hotel Marinedda nel borgo marinaro di Isola Rossa, adagiato su un promontorio della costa Paradiso, è un indirizzo di grande appeal anche per la bellezza delle vicine calette e spiagge di sabbia bianca e scogli in granito rosso.
Per una pausa all'insegna del benessere si può scegliere anche la costa occidentale della Calabria: Capovaticano è un resort ai piedi del promontorio del quale porta il nome, famoso per le acque turchesi, con il profilo dello Stromboli e delle Eolie all'orizzonte. Il centro di talassoterapia, con una spa affacciata sul mare, offre piscine, cabine idromassaggio e algoterapia.

Gâteaux piment

PALLINE FRITTE, AROMATICHE E PICCANTI, COMUNISSIME NELLE MAURITIUS, HANNO UNA STORIA CHE SI SNODA TRA MEDIORIENTE E INDIA

a cura di Roberta Fontana, testo di Vittorio Castellani, foto di Maurizio Lodi, styling di Laura Cereda, in cucina Livia Sala



Le gâteaux piment sono piccole polpette salate e speziate, che sono cucinate e vendute nelle strade e nei mercati di Mauritius da venditori ambulanti che le annunciano ai passanti strillando tra la folla, in patois (dialetto) franco-mauriziano "gato pima". Icona dello street food locale, queste piccole boulette di legumi e spezie hanno origini lontane: la ricetta, infatti, sarebbe stata introdotta sull'isola nel XIX secolo.
Sembra che i primi a confezionare queste crocchette appartenessero alle comunità Zarabes di fede musulmana sunnita, originarie del Subcontinente indiano e provenienti dall'area indo-pakistana e dal Gujarat. La ricetta avrebbe avuto riscontri inizialmente nell'isola della Reunione, nell'Oceano Indiano, con il nome di bonbon piment, preparata ancora oggi in una versione leggermente diversa dalla mauriziana, che si è diffusa successivamente. Considerata l'origine araba di questo delizioso amouse-bouche, è spontaneo il paragone con i falafel mediorientali, e pare proprio che la ricetta dei gâteau piment sia stata ispirata anche dalle polpettine speziate di ceci e fave che si friggono dall'Egitto al Libano. Il concetto, infatti, è il medesimo: una base di legumi, miscelata a un mix aromatico di spezie. Ottenuto un composto omogeneo, questo è lavorato a forma di polpettine, sferiche o appiattite, poi dorate nell'olio bollente per essere servite come aperitivo o cibo fast food, spesso in accompagnamento con salse piccanti o insalate.
Solitamente, i legumi utilizzati nell'impasto del gâteau piment sono i semi di *Pisum sativum*, privati della buccia e spezzati a metà, venduti nei mercati con il nome di split peas o dhal. In alternativa, si possono usare anche varietà diverse come i toovar dhal, i pigeon peas o le più comuni lenticchie rosse decorticate.
Oltre ai legumi, a variare è anche la componenete aromatica che può prevedere cumino, coriandolo, zenzero o la miscela di spezie chiamata masala. Le note erbacee sono affidate di volta in volta al coriandolo in foglie, all'erba cipollina, al cipollotto fresco o alla cipolla. Unica costante, il peperoncino: fresco, verde o rosso, o semplicemente ridotto in polvere, indispensabile per il tocco... pimenté.

POLPETTE DI LEGUMI ALLE SPEZIE

PER 6 PERSONE
300 g di tuvar dhal o dhal (vedi sotto) - 1 spicchio d'aglio - 3 scalogni - 3-5 peperoncini verdi piccanti - 1 cucchiaio raso di garam masala (o 1 cucchiaio di coriandolo fresco tritato) - 1 cucchiaino di cumino in polvere - olio di semi di arachidi - sale - pepe

● **1** Lavate i legumi sotto l'acqua corrente, poi lasciateli in ammollo in una ciotola di acqua per una notte. Trascorso il riposo, scolateli bene e metteteli nel mixer insieme all'aglio e agli scalogni sbucciati, unendo anche il masala (o il coriandolo) e il cumino. Azionate l'apparecchio, per ottenere una crema, e aggiungete al composto i peperoncini, puliti e tagliati a rondelle, sale e pepe.
● **2** Formate tante polpettine di circa 2 cm di diametro e fatele dorare in abbondante olio di semi ben caldo (se avete un termometro, deve segnare 180°). Servitele calde, se vi piace, su un letto di insalata, guarnite con rondelle di peperoncino e foglie di coriandolo fresco.

FACILE ● **Preparazione 20 minuti + il riposo** ● **Cottura 10 minuti**



UN LEGUME INDIANO

Il tuvar dhal o caiano (*Cajanus Cajan*, dal malese katjany, che significa fagiolo), è una pianta leguminosa perenne della famiglia delle Fabacee, coltivata in India già 3.500 anni fa. I suoi semi sono un cibo comune in Asia, Africa e America Latina. Ancora oggi, questo piccolo pisello è ampiamente utilizzato nella cucina indiana per il suo alto valore proteico e si trova comunemente in molti paesi, come le Mauritius, che ne hanno subito l'influenza gastronomica. Nel Subcontinente assume nomi diversi, a seconda degli Stati: toor o tuvar daal, harhar, ôrhor. Mentre nei paesi anglosassoni è venduto con il nome di red gram o pigeon peas (pisello piccione), poiché è comunemente impiegato anche come mangime per i volatili. Il caiano è venduto nei mercati asiatici intero o spezzato (da sottoporre, in entrambi i casi, ad ammollo prima della cottura), oppure sotto forma di farina. Nell'area caraibica si predilige invece la versione già pronta per l'uso in lattina, come nella Repubblica Dominicana dove rappresenta l'ingrediente base, insieme al riso, del "Moro de guandules", il piatto nazionale.

NEL NUMERO DI MARZO



INVITO DI PRIMAVERA

Tanta voglia di luce e di verde, un pizzico di informalità e piatti in cui dominano le note vegetali di zucchine, finocchio, ceci... Per assaporare l'inizio della bella stagione assieme agli amici.



PEPE A TUTTO MENU

Da quello rosso fino a quello di Sichuan, i suoi preziosi aromi arricchiscono linguine, coniglio, calamari e fondente al cioccolato.



POLPETTONE

Un classico della cucina italiana declinato in sorprendenti versioni gourmand con verdure di stagione e carni pregiate.

in edicola dal 24 febbraio

GRUPPO | SALE&PEPE

n. 2 febbraio 2018

DIRETTORE RESPONSABILE
Laura Maragliano laura.maragliano@mondadori.it

REDAZIONE
Livia Fagetti fagetti@mondadori.it (caporedattore)
Barbara Galli barbara.galli@mondadori.it (caporedattore)
Enza Dalessandri enza.dalessandri@mondadori.it (caporedattore)
Cristiana Cassé cristiana.casse@mondadori.it (caposervizio)
Alessandro Gnocchi gnocchi@mondadori.it (caposervizio)
Barbara Roncarolo barbara.roncarolo@mondadori.it (caposervizio web)
Monica Pilotto pilotto@mondadori.it (vicecaposervizio)
Silvia Bombelli silvia.bombelli@mondadori.it
Mauro Cominelli mauro.cominelli@mondadori.it
Daniela Falsitta falsitta@mondadori.it
Silvia Tatozzi silvia.tatozzi@mondadori.it

REDAZIONE GRAFICA
Silvano Vavassori vavassor@mondadori.it (caporedattore)
Daniela Arsuffi arsuffi@mondadori.it (caposervizio)
Ornella Claudia Indovina ornella.indovina@mondadori.it
Susanna Meregalli susanna.meregalli@mondadori.it
Diego Stadiotti diego.stadiotti@mondadori.it
Silvia Viganò silvia.vigano@mondadori.it
Patrizia Zanette zanette@mondadori.it

SEGRETERIA DI REDAZIONE
Cinzia Campi cinzia.campi@mondadori.it (responsabile)
Paolo Riosa riosa@mondadori.it (ricerca fotografica)

PROGETTO GRAFICO
Roberto Porta

HANNO COLLABORATO
Stefania Aledi, Alessandra Avallone, Fiammetta Bonazzi, Cristina Bottari, Patrizia Cantoni, Caterina Caramello, Vittorio Castellani, Marina Cella, Laura Cereda, Claudia Compagni, Sara Farina, Roberta Fontana, Luca Iaccarino, Paola Mancuso, Laura Mauceri, Chiara Patracchinio, Antonella Pavanello, Livia Sala, Studio Salaris, Sandro Sangiorgi, Enrico Saravalle, Mariarosa Schiaffino, Table Top Milano, Francesca Tagliabue

Foto: Marco Azzoni, Luca Colombo/Studio XL, Stefania Giorgi, Maurizio Lodi, Francesca Moscheni, Stefano Scatà, Felice Scoccimarro/Alkèmia, Michele Tabozzi, Monica Vinella

SALE&PEPE SERVIZIO CLIENTI
È possibile avere informazioni o sottoscrivere un abbonamento tramite: www.abbonamenti.it/mondadori; e-mail: abbonamenti@mondadori.it; telefono: dall'Italia 199.111.999 (per telefoni fissi: euro 0,12 + IVA al minuto senza scatto alla risposta. Per cellulari costi in funzione dell'operatore); dall'estero tel.: +39 041509.90.49. Il servizio abbonati è in funzione dal lunedì al venerdì dalle 9:00 alle 19:00; fax: 030.77.72.387; posta: scrivere all'indirizzo: Press Di Servizio Abbonamenti – C/O CMP Brescia – 25126 Brescia.L'abbonamento può avere inizio in qualsiasi periodo dell'anno. L'eventuale cambio di indirizzo è gratuito: informare il Servizio Abbonati almeno 20 giorni prima del trasferimento, allegando l'etichetta con la quale arriva la rivista.Servizio collezionisti: Avete perso un numero di Sale&Pepe? Tel. 045.8884400; fax 02-95970333 e-mail: collez@mondadori.it. Distribuzione a cura di Press Di srl.

ARNOLDO MONDADORI EDITORE S.P.A.
REDAZIONE E AMMINISTRAZIONE: 20090 Segrate (Milano) - Tel. 02/75421. Casella postale n. 1833, 20101 Milano. Telegrammi e Telex: 320457 MONDMI I. CONCESSIONARIA ESCLUSIVA PER LA PUBBLICITÀ: Mediamond S.p.A. - Palazzo Cellini – Milano Due 20090 SEGRATE (MI) - Tel. 02/21025952

Pubblicazione registrata presso il Tribunale di Milano n. 464 del 8/9/1986. Stampa ELCOGRAF S.p.A., via Mondadori, 15, Verona. Distribuzione a cura Press-Di srl. Servizio arretrati/collezionisti a cura di Press Di Distribuzione Stampa e Multimedia srl "Collezionisti" (Tel. 045/8884400; Fax 045/884378; email: collez@mondadori.it), conto corrente postale n° 77270387. Garanzia di riservatezza agli abbonati: L'Editore garantisce la massima riservatezza dei dati forniti dagli abbonati e la possibilità di richiederne gratuitamente la rettifica o cancellazione ai sensi dell'art. 7 del D. leg. 196/2003 scrivendo a: Press-Di srl
Ufficio Abbonamenti: Casella postale n. 77003101 email: abbonamenti@mondadori.it

Accertamento Diffusione Stampa - Certificato n. 8387 del 21 dicembre 2017

Questo periodico è iscritto alla FIEG Federazione Italiana Editori Giornali





Zàini
Cioccolato Emilia
Libera la tua creatività
Zàini
MILANO
Emilia
Zàini
CIOCCOLATO BIANCO
Emilia
Zàini
CIOCCOLATO AL LATTE
GLUTEN FREE
Emilia
Zàini
CIOCCOLATO FONDENTE EXTRA
Da un blocco di cioccolato fondente extra Emilia può nascere qualsiasi capolavoro.
Perché da sempre è l'ingrediente ideale che apre mille possibilità alla tua voglia di creare dolci e ricette al cioccolato.
Anche dolcemente bianco e finissimo cioccolato al latte.
Seguici su - Follow us on
cioccolatoemiliazaini
cioccolatoemilia.it